ল্যাবএইড
এনএবিএইচ স্বীকৃত দেশের একমাত্র হাসপাতাল

সুখেঅসুখে

স্বাস্থ্যবিষয়ক প্রকাশনা

বর্ষ ১৪, সংখ্যা ৪৩, জানুয়ারি ২০২৪

ত্বক ও যৌনস্বাস্থ্য রাখব সুন্দর সুস্থ

CAP ACCREDITED
COLLEGE of AMERICAN PATHOLOGISTS

LABAID
CANCER HOSPITAL
AND SUPER SPECIALITY CENTRE
Winning Cancer

ল্যাবএইড ক্যান্সার হাসপাতাল এন্ড সুপার স্পেশালিটি সেন্টারে সকল ধরনের চিকিৎসা সেবার সাথে আছে ক্যান্সার চিকিৎসায় বিশ্বমানের সেবা

২৪ ঘন্টা ইমার্জেন্সি

ভর্তি রোগীর সুব্যবস্থ (কেবিন, ডিলাক্স ও প্রাইভেট ডিলাক্স)

আইসিইউ /এইচডিইউ (প্রাইভেট আইসিইউর সুব্যবস্থা)

৬ টি মডিউলার অপারেশন থিয়েটার (যেখানে সকল ধরনের অপারেশন করা হয়)

ওপিডি সেবা (যেকোনো ধরনের কনসালটেশন ও সকল ধরনের পরীক্ষা-নিরীক্ষা)

৩০ বেডের সুপ্রশস্ত কেমোথেরাপি ডে-কেয়ার

আন্তর্জাতিক মানের রেডিওথেরাপি সেবা (3D-CRT, VMAT, IMRT, SRS, SBRT, GRT)

ব্র্যাকিথেরাপি

আপনার স্বাস্থ্য সুরক্ষায়
LABAID My Health
হেলথ চেক-আপ প্যাকেজ

আমাদের রয়েছে -

- রেডিয়েশন অনকোলজি ইউনিট
  - এক্সটার্নাল বিম রেডিওথেরাপি
  - ব্র্যাকিথেরাপি
- মেডিকেল অনকোলজি ইউনিট
  - কেমোথেরাপি
  - টার্গেটেড থেরাপি
  - ইমিউনোথেরাপি
  - হরমোন থেরাপি
- সার্জিক্যাল অনকোলজি ইউনিট
  - গাইনী অনকোলজি ইউনিট
  - হেড-নেক অনকোলজি ইউনিট
  - অর্থো অনকোলজি ইউনিট
  - ইউরো-অনকোলজি ইউনিট
- মেডিসিন এন্ড এলাইড সার্ভিস
  - নিউরোলজি ইউনিট
  - পালমোনলজি/ রেস্পিরেটরি মেডিসিন ইউনিট
  - ইন্টারনাল মেডিসিন ইউনিট
  - এন্ডোক্রাইনোলজি ইউনিট
  - রিউমাটোলজি ইউনিট
  - ফিজিক্যাল মেডিসিন এন্ড রিহ্যাবিলিটেশন ইউনিট
  - ডার্মাটোলজি ইউনিট
  - নেফ্রোলজি এন্ড ডায়ালাইসিস ইউনিট
- সার্জারি এন্ড এলাইড সার্ভিস
  - গাইনোকোলজি ইউনিট
  - জেনারেল এন্ড ল্যাপ্রোস্কপিক সার্জারি ইউনিট
  - ওরাল এন্ড ম্যাক্সিলোফেসিয়াল সার্জারি ইউনিট
  - ইএনটি সার্জারি ইউনিট
  - নিউরো সার্জারি ইউনিট
  - কলোরেক্টাল সার্জারি ইউনিট
  - থোরাসিক সার্জারি ইউনিট
  - অনকো প্লাস্টিক সার্জারি
- গ্যাস্ট্রোএন্টারলজি সেন্টার
- ব্রেস্ট সেন্টার
- হেপাটোবিলিয়ারি এন্ড প্যানক্রিয়েটিক ইউনিট
- ফিজিওথেরাপি এবং রিহ্যাবিলিটেশন সেন্টার
- হসপিস সেন্টার
- বোনম্যারো ট্রান্সপ্লান্টেশন সেন্টার
- লিভার ট্রান্সপ্লান্টেশন সেন্টার
- কিডনি ট্রান্সপ্লান্টেশন সেন্টার
- অন্যান্য স্পেশালিটি ইউনিট
  - ইন্টারভেনশনাল রেডিওলজি ইউনিট
  - হেমাটো অনকোলজি ইউনিট
  - পেডিয়াট্রিক হেমাটো অনকোলজি ইউনিট
  - পেইন এন্ড প্যালিয়াটিভ কেয়ার ইউনিট
  - সাইকো অনকোলজি ইউনিট
  - ডায়েট এন্ড নিউট্রিশিয়ান ইউনিট

- ১৫০ বেড আইপিডি
- ৩০ বেড কেমোথেরাপি ডে-কেয়ার
- ২৪ ঘন্টা ইমার্জেন্সি
- আইসিইউ/ এইচডিইউ
- ৬ মডিউলার অপারেশন থিয়েটার ও রোবটিক সার্জারি ইউনিট
- সর্বাধুনিক প্রযুক্তি সম্পন্ন ল্যাবরেটরি
  - হিস্টোপ্যাথলজি ও সাইটোপ্যাথলজি
  - ইমিউনোহিস্টোকেমিস্ট্রি
  - ফ্লোসাইটোমেট্রি
  - মলিক্যুলার ল্যাব
  - নেক্সট জেনারেশন সিকোয়েন্সিং (NGS)
- সর্বাধুনিক প্রযুক্তিসম্পন্ন রেডিওলজি ইউনিট
  - PET সিটি স্ক্যান
  - এম.আর.আই (3T)
  - সিটি স্ক্যান
  - আলট্রাসনোগ্রাফি (4D)
  - ম্যামোগ্রাফি (3D)
  - টিউমার এবলেশন সেন্টার

২৪ ঘন্টাই যেকোনো স্বাস্থ্য সেবা নিশ্চিত করতে আমরা আছি আপনার পাশে

26 Green Road, Dhanmondi, Dhaka-1205
Web: www.labaidcancer.com fb.com/labaidcancerhospital
Email: info@labaidcancer.com
Youtube: /labaidcancerhospital
Linkedin: /company/labaid-cancer-hospital

HOTLINE
10664

সম্পাদক
ডা. এ এম শামীম

সুখে অসুখে

সুস্থ-সুন্দর ত্বক আমাদের বাহ্যিক সৌন্দর্যের প্রধান অনুঘটক। ত্বকের স্বাস্থ্য নষ্ট হওয়া, ত্বকে বলিরেখা দেখা যাওয়া, চুল পড়ে যাওয়া, বিভিন্ন দাগ, অবাঞ্ছিত লোম—প্রভৃতি সমস্যা দৈহিক সৌন্দর্যে প্রভাব ফেলে। ত্বকের রোগগুলোর মধ্যে সবচেয়ে ভয়াবহ হচ্ছে ত্বকের ক্যানসার। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার সর্বশেষ তথ্য অনুযায়ী, বাংলাদেশে ত্বকের ক্যানসারে মৃত্যুর সংখ্যা ৮৫৩ জন। প্রতিবছরই এই সংখ্যা বাড়ছে।

অন্যদিকে, সারা বিশ্বেই যৌনবাহিত রোগের সংক্রমণ বাড়ছে। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার মতে, বিশ্বজুড়ে প্রতিদিন ১০ লাখের বেশি মানুষ যৌনবাহিত রোগে আক্রান্ত হয়ে থাকেন। সংস্থাটি এও জানাচ্ছে, প্রতিবছর ৩৭ কোটি ৪০ লাখ মানুষ যৌনবাহিত রোগে সংক্রমিত হন, যা নিরাময়যোগ্য। অসচেতনতা, যৌনশিক্ষার অভাব, সামাজিক লুকোছাপা—প্রভৃতি কারণে অধিকাংশ সময়ই যথাযথভাবে এসব রোগের চিকিৎসা করা হয় না। অথচ বর্তমানে বাংলাদেশে ত্বক ও যৌনবাহিত সব রোগেরই বিশ্বমানের চিকিৎসা হচ্ছে। লেজার চিকিৎসা ও চুল প্রতিস্থাপনের চিকিৎসা হচ্ছে অত্যন্ত সফল ও অত্যাধুনিক পদ্ধতিতে।

আমাদের *'সুখে অসুখে'*র বর্তমান সংখ্যা ত্বক ও যৌনস্বাস্থ্য নিয়ে। আশা করছি, এটি আপনাদের ত্বক ও যৌনস্বাস্থ্য বিষয়ে সচেতন করবে।

এ. এম. শামীম

বাড়ি ১, রোড ৪, ধানমন্ডি, ঢাকা ১২০৫ **ফোন :** ৫৮৬১০৭৯৩-৮, **ফ্যাক্স :** ৮৮-০২-৯৬১৫৪৯৭
ই-মেইল : info@labaidgroup.com, **ওয়েব :** www. shukheoshukhe.com

✆10606

LABAID Diagnostics ...Home of Trust | CAP ACCREDITED COLLEGE of AMERICAN PATHOLOGISTS

ল্যাবএইড হেলথ চেক-আপ

বছরজুড়ে সুস্থ থাকুন, স্বাস্থ্য পরীক্ষা নিয়মিত করুন

ল্যাবএইড হেলথ চেক-আপ প্যাকেজের মাধ্যমে শরীরের সুপ্ত থাকা রোগকে শুরুতেই চিহ্নিত করুন। নিজেকে রাখুন সুস্থ, নিরোগ ও কর্মচঞ্চল।

প্যাকেজসমূহ এখন বিশেষ মূল্যছাড়ে:

- ওয়েলনেস ওমেন চেক-আপ
- এক্সিকিউটিভ হেলথ চেক-আপ
- জেনারেল হেলথ চেক-আপ
- স্ট্যান্ডার্ড হেলথ স্ক্রিনিং প্যাকেজ
- ওয়েলনেস ভিটামিন ডি প্রোফাইল
- বেসিক হেলথ চেক-আপ

বছরে একবার স্বাস্থ্য পরীক্ষা করে সারা বছর থাকুন সুস্থ ও কর্মচঞ্চল

ওয়েলনেস ওমেন চেক-আপ

- TC/DC/HB%/ESR+Platelets Count-PMCT/CBC
- Lipid Profile (F)
- HbA1c
- HBs Ag (Chemiluminescence)
- TSH
- Uric Acid Serum
- Bilirubin Serum
- CA-125
- Creatinine Serum
- Urea Serum
- Electrolytes Serum
- Paps Smear
- Mammography Both Breasts
- ALT (SGPT) Serum
- Alkaline Phosphatase Serum
- Urine R/M/E Special
- ECG
- X-Ray 1 Film 100% CXR PA Digital
- USG of Whole Abdomen 4D

এক্সিকিউটিভ হেলথ চেক-আপ

- TC/DC/HB%/ESR+Platelets Count-PMCT/CBC
- Lipid Profile Serum (F)
- Uric Acid Serum
- HbA1c
- TSH
- HBs Ag (Chemiluminescence)
- Electrolytes Serum
- Urea Serum
- Creatinine Serum
- ALT (SGPT) Blood
- Bilirubin Serum
- Alkaline Phosphatase Serum
- Urine R/M/E Special
- ECG
- X-Ray 1 Film 100% CXR PA Digital

জেনারেল হেলথ চেক-আপ

- TC/DC/HB%/ESR+Platelets Count-PMCT/CBC
- Glucose Random Plasma/FBS
- Lipid Profile (F/R)
- ALT (SGPT)
- Creatinine Serum
- HBs Ag (Chemiluminescence)
- TSH
- Urine R/M/E
- ECG
- X-Ray 1 Film 100% CXR PA Digital
- USG of Whole Abdomen 4D

স্ট্যান্ডার্ড হেলথ স্ক্রিনিং প্যাকেজ

- TC/DC/HB%/ESR+Platelets Count-PMCT/CBC
- Glucose Fasting Plasma
- Glucose 2hrs ABF Blood
- CUS Fasting
- CUS 2hrs ABF
- Lipid Profile (F)
- ALT (SGPT)
- Creatinine Serum
- HBs Ag (Chemiluminescence)
- Urine R/M/E
- Uric Acid Serum
- ECG
- X-Ray 1 Film 100% CXR PA Digital
- USG of Whole Abdomen 4D
- Echo Cardiography

ওয়েলনেস ভিটামিন ডি প্রোফাইল

- Vitamin D Test
- CBC

বেসিক হেলথ চেক-আপ

- CBC
- Lipid Profile
- Blood Sugar RBS
- Serum Creatinine
- ECG

✆ ০১৭ ৬৬৬৬ ২৬৬১

ল্যাবএইড ওয়েলনেস সেন্টার, কলাবাগান
বাড়ি ৬৬, কলাবাগান, ঢাকা ১২০৫, ওয়েব: www.labaidgroup.com

সূচিপত্র

বর্ষ ১৪, সংখ্যা ৪৩, জানুয়ারি ২০২৪

- ত্বকের চিকিৎসা ও সৌন্দর্যবর্ধনে লেজার ট্রিটমেন্ট ০৬
- হেয়ার ট্রান্সপ্ল্যান্ট : খালি মাথায় চুলের বুনন ০৮
- বিয়ের আগে স্বাস্থ্যপরীক্ষা ১০
- মেছতা কেন হয় : সমাধোনে কী করবেন ১৩
- ত্বকের বলিরেখা : দূর করবেন যেভাবে ১৬
- ব্রণ নিয়ে যত চিন্তা ১৮
- অ্যালার্জির নানা ধরন ২১
- ছত্রাকজনিত চর্মরোগ ২৩
- বাড়ছে ত্বকের ক্যানসারের ঝুঁকি, চাই সচেতনতা ২৬
- খোসপাঁচড়ার চিকিৎসা ও সচেতনতা ২৮
- মাথার ত্বকের নানা রোগ ৩১
- সিফিলিসে অবহেলা নয় ৩৩
- ঘামাচি : প্রতিকার ও প্রতিরোধ ৩৫
- জটিল চর্মরোগ সোরিয়াসিস ৩৭
- গনোরিয়ার উপসর্গ, চিকিৎসা ও প্রতিরোধ ৩৯
- ল্যাবএইড লেজার অ্যান্ড এস্থেটিক লাউঞ্জ ৪১

সুখে ও সুখে

ত্বকের চিকিৎসা ও সৌন্দর্যবর্ধনে লেজার ট্রিটমেন্ট

অধ্যাপক ব্রিগে: জে: ডা. মোঃ আব্দুল লতিফ খান (অব.)

চর্ম, যৌন, অ্যালার্জি, সেক্স ও লেজার সার্জন
এমবিবিএস, ডিডিভি (ডিইউ), এফসিপিএস (ডার্মাটোলজি)
ফেলোশিপ ট্রেনিং ইন লেজার সার্জারি (থাইল্যান্ড, ইউএসএ)
প্রাক্তন বিভাগীয় প্রধান, সম্মিলিত সামরিক হাসপাতাল (সিএমএইচ), ঢাকা
চেম্বার : ল্যাবএইড আইকনিক, কলাবাগান, ঢাকা

মানুষের দৈহিক সৌন্দর্যের ক্ষেত্রে ত্বক খুবই গুরুত্বপূর্ণ। তাই সৌন্দর্যচর্চার ক্ষেত্রে ত্বকের ব্যাপারে আমরা আলাদা গুরুত্ব দিয়ে থাকি। ত্বকের সৌন্দর্য ধরে রাখতে বা বাড়াতে হাজারও যত্ন-আত্তি আমাদের! তবে জিনগত, পরিবেশগত বা হরমোনের কারণে কিংবা সঠিক যত্নের অভাবে অনেকসময় অল্প বয়সেই ত্বকে বিভিন্ন সমস্যা দেখা দেয়। আবার বয়স বাড়লে স্বাভাবিকভাবেই ত্বকে ভাঁজ পড়তে শুরু করে। ঝুলে পড়ে টান টান পেলব ত্বক। কখনো কুঁচকে যায়। দাগ পড়ে।

ত্বকের চিকিৎসায় লেজার

ত্বকচিকিৎসা ও ত্বকচর্চার জন্য প্রাচীনকাল থেকে মানুষ নানা রকম পদ্ধতি অবলম্বন করেছে। এর সবচেয়ে আধুনিক সংযোজন লেজার চিকিৎসা। সাধারণত ত্বক বা রূপচর্চা কিংবা ত্বকের নানাবিধ সমস্যা সমাধানে যখন বাজারের প্রসাধনসামগ্রী, ঘরোয়া চিকিৎসা বা প্রথাগত চিকিৎসাব্যবস্থায় কাজ না হয় তখন লেজার চিকিৎসা হতে পারে খুব ভালো একটি সমধান। এটি সম্পূর্ণ ব্যথাহীনভাবে কোনোরূপ কাটাছেঁড়া করা হয়।

লেজার চিকিৎসা যেভাবে করা হয়

এটি বস্তুত এক ধরনের ক্লিনিক্যাল ট্রিটমেন্ট। গায়ের বিভিন্ন দাগ, জন্মদাগ, বলিরেখা, অবাঞ্ছিত লোম, স্ট্রেচ মার্ক, ট্যাটু, ব্রণ, ত্বকের টিউমার ইত্যাদি দূর করাসহ স্কিন লিফটিং, টাইটেনিং ও ত্বক মসৃণ করার ক্ষেত্রে লেজার ট্রিটমেন্ট দারুণ এক চিকিৎসাপদ্ধতি। এর মাধ্যমে মূলত নতুন ত্বক প্রতিস্থাপন করা হয়। লেজার চিকিৎসায় প্রথমে লেজারের মাধ্যমে সরাসরি

অত্যাধুনিক যন্ত্রপাতি ও সুযোগ-সুবিধা রয়েছে এমন মানসম্পন্ন চিকিৎসাপ্রতিষ্ঠানে লেজার চিকিৎসা গ্রহণ করা জরুরি।

লেজার রশ্মি ত্বকের ওপরে ফেলা হয়। পরে ত্বকের ভেতর বিভিন্ন প্রকার ক্রোমোফোর, যেমন—পানি, অক্সি-হিমোগ্লোবিন, মেলানিন লেজার রশ্মি গ্রহণ করে এবং তাপ সৃষ্টির মাধ্যমে লেজারের ধরন অনুযায়ী ত্বকের টিস্যু ধ্বংস করে এবং এভাবেই চিকিৎসা সম্পন্ন হয়। এরপর ধীরে ধীরে ত্বকের কোলাজেনের মাত্রা বেড়ে গিয়ে স্কিনটোন ও টেক্সচার ভালো হয়। শরীরের জন্মদাগ, মুখের অবাঞ্ছিত লোম ও ট্যাটু রিমুভ করা হয়।

১৯৬০ সালে লেজার রশ্মি আবিষ্কার করেন মার্কিন পদার্থবিজ্ঞানী টি.এইচ মাইম্যান।

যারা লেজার ট্রিটমেন্ট করাতে পারেন

সাধারণত যাদের ত্বকে নিম্নোক্ত সমস্যা রয়েছে তাদের জন্য লেজার ট্রিটমেন্ট ভালো একটি সমাধান হতে পারে।

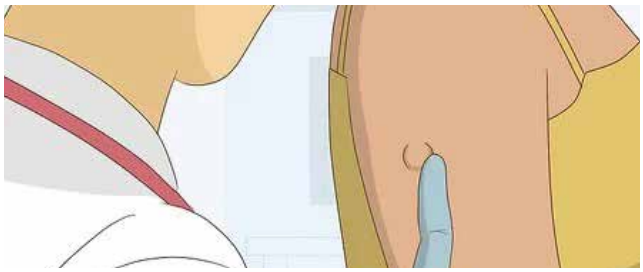
- মুখে বা চোখের আশপাশ দিয়ে দাগ বা বলিরেখা।
- ব্রণ বা গুটি বসন্তের ফলে সৃষ্ট অগভীর দাগ বা ক্ষত।
- ত্বকে ছোপ ছোপ অসম দাগ, মেছতা।
- জন্মদাগ, ট্যাটু।
- বয়সের কারণে সৃষ্ট ত্বকের ভাঁজ, দাগ বা ঝুলে পড়া।
- রোদে ঝলসানো ত্বক।
- কসমিক সার্জারির পর ত্বকে সমস্যা।
- নাকের ওপরে বা দুই পাশে তেলগ্রন্থি বেড়ে যাওয়া বা বড়ো বড়ো গোটা দেখা যাওয়া।
- মেয়েদের মুখে অবাঞ্চিত লোম।

ত্বকের বিভিন্ন সমস্যা নির্মূলে লেজার

অবাঞ্চিত লোম ও চুল : এক্ষেত্রে লেজার ফ্লুক্স ১০০০ ডায়োড মেশিন, ইনটেন্স পালস লাইট লেজার মেশিন বা লং পালসড এনডি ইয়াগ লেজার ব্যবস্থায় চিকিৎসা করা হয়। এগুলোর মাধ্যমে অবাঞ্চিত লোম বা চুল ত্বকের গভীর থেকে অঙ্কুরে নির্মূল করা হয়। সবগুলো পদ্ধতিই ব্যথাহীন ও রক্তপাতমুক্ত।

ব্রণ : ব্রণ নির্মূলে পালসড ডাই লেজার অথবা ব্লু লাইট ব্যবহার করা হয়। এই রশ্মি ব্রণের জন্য দায়ী ব্যাকটেরিয়াকে ধ্বংস করে ফেলে। এই চিকিৎসায় অ্যান্টিবায়োটিক খাওয়ার বেশি প্রয়োজন হয় না।

দাগ : কিউ সুইচড এনডি ইয়াগ লেজার মেশিন এবং আধুনিক পিকো লেজারের মাধ্যমে এটি করা হয়। ত্বকে জন্মদাগসহ যেকোনো দাগ এবং মুখের ত্বকের উপরিভাগের লোম দূরীকরণে এ চিকিৎসা দারুণ কার্যকর।



টিউমার : ত্বকের টিউমার, আঁচিল, ক্যানসার, বয়সের বলিরেখা প্রভৃতি দূরীকরণে লেজার খুব ফলপ্রসূ চিকিৎসাপদ্ধতি। এক্ষেত্রে ব্যবহৃত হয় কার্বন ডাই-অক্সাইডযুক্ত লেজার। এতে অ্যানেসথেশিয়ারও প্রয়োজন হয় না।

যেসব বিষয় মাথায় রাখবেন

লেজার চিকিৎসার দুটো পদ্ধতি রয়েছে—অ্যাবলেটিভ এবং নন-অ্যাবলেটিভ। তাই প্রথমেই আপনাকে একজন বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের শরণাপন্ন হতে হবে।

তিনি আপনার ত্বকের ধরন দেখে চিকিৎসাপদ্ধতি নির্বাচন করবেন। কোন হাসপাতাল থেকে চিকিৎসা নিচ্ছেন সেটিও খুব গুরুত্বপূর্ণ। অত্যাধুনিক যন্ত্রপাতি ও সুযোগ-সুবিধা রয়েছে এমন মানসম্পন্ন চিকিৎসাপ্রতিষ্ঠানে এ ধরনের সংবেদনশীল চিকিৎসা গ্রহণ করা জরুরি।

লেজার চিকিৎসার সিদ্ধান্ত নিলে আরও কিছু বিষয় মাথায় রাখতে হবে। যেমন—

- লেজারের আগের কিছুদিন অতিরিক্ত সূর্যালোক এড়িয়ে চলুন। ত্বকে যেন ট্যান না পড়ে বা ত্বক পুড়ে না যায় সেদিকে লক্ষ রাখুন। বাইরে বের হলে সানস্ক্রিন ব্যবহার করুন।
- লেজারের অন্তত চার সপ্তাহ আগে থেকে লেজার রিসারফেসিং, ডিপ ক্লিনজিং, ফেস মাস্কের মতো ত্বকচর্চা এড়িয়ে চলুন।
- লেজারের অন্তত ৭২ ঘণ্টার মধ্যে আলোক সংবেদনশীলতা তৈরি করে এমন ওষুধ (যেমন—ব্রণের জন্য ডক্সিসাইক্লিন) সেবন করবেন না।
- দাদ বা জ্বরঠোসার মতো হার্পিসজাতীয় কোনো রোগের পূর্ব ইতিহাস থাকলে চিকিৎসককে অবহিত করবেন।
- লেজার চিকিৎসার সময় চোখে লেজার রশ্মির প্রতিরোধক চশমা পরিধান করতে হবে।

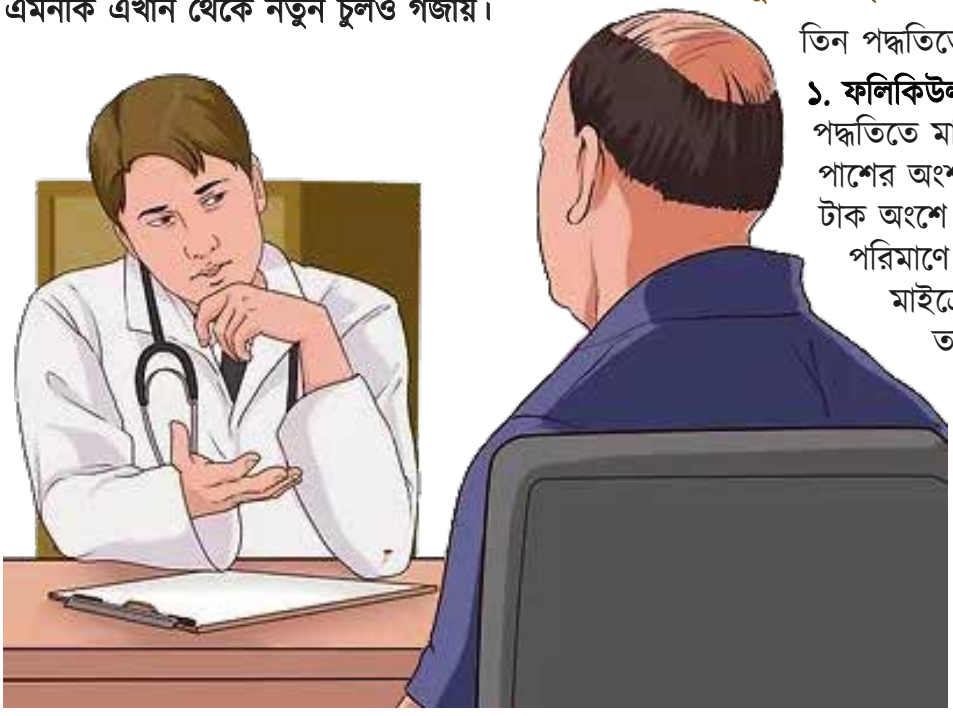
ত্বকের লেজার চিকিৎসার জন্য বাংলাদেশের সবচেয়ে নির্ভরযোগ্য প্রতিষ্ঠানগুলোর অন্যতম ল্যাবএইড লেজার অ্যান্ড এস্থেটিক লাউঞ্জ

হেয়ার ট্রান্সপ্ল্যান্ট : খালি মাথায় চুলের বুনন

ডা. মোঃ কামরুল হাসান চৌধুরী

এমবিবিএস, ডিসিডি, এমএসসি (ক্লিনিক্যাল ডার্মাটোলজি)
কার্ডিফ ইউনিভার্সিটি স্কুল অব মেডিসিন (ইউকে)
চর্ম, যৌন, অ্যালার্জি অ্যান্ড হেয়ার ট্রান্সপ্ল্যান্ট সার্জন
কনসালট্যান্ট, ল্যাবএইড কার্ডিয়াক হাসপাতাল
ধানমন্ডি, ঢাকা

বয়স বেড়ে গেলে চুল পড়ে যায়। অনেকের আবার অল্প বয়সেই চুল পড়তে শুরু করে। তার মানে, চুল পড়ার ক্ষেত্রে বয়সই প্রধান কারণ নয়। নানা কারণে চুল পড়তে পারে। কখনো বংশগত ও হরমোনের কারণে টাক পড়ে। সাধারণত পুরুষের মাথার সামনের অংশে বা উপরিভাগে টাক দেখা দেয়। মেনোপজের পর নারীদের মাথার চুল পাতলা হতে থাকে। ওষুধের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া, পুষ্টির অভাব, মানসিক উদ্বেগ ও দুর্ঘটনায় মাথার চুল ঝরে যেতে পারে। এসব ক্ষেত্রে হেয়ার ট্রান্সপ্লান্ট হতে পারে কার্যকর সমাধান। প্রতিস্থাপন করা চুল কাটা যায়, কার্ল করা যায়। এমনকি এখান থেকে নতুন চুলও গজায়।



চুল প্রতিস্থাপন কী

মাথার সামনের অংশের চুল আগে ঝরে যায়। এই অংশকে বলা হয় টেম্পোরাল এরিয়া। আর মাথার পেছনের অংশ এবং কানের দুই পাশের অংশের চুল সাধারণত স্থায়ী হয়। এই অংশের চুল তুলনামূলক কম পড়ে। তাই একে বলা হয় পার্মানেন্ট এরিয়া বা ডোনার এরিয়া। সার্জারির মাধ্যমে ডোনার এরিয়া থেকে চুলের ফলিকল তুলে এনে মাথার টাক অংশে বসানো হয়। এই চিকিৎসা পদ্ধতিতে ভ্রু, গোঁফ বা দাড়িতেও চুল প্রতিস্থাপন করা যায়।

চুল প্রতিস্থাপনের ধরন

তিন পদ্ধতিতে চুল প্রতিস্থাপন করা যায়।

১. ফলিকিউলার ইউনিট ট্রান্সপ্ল্যান্টেশন : এই পদ্ধতিতে মাথার পেছনের ও কানের দুই পাশের অংশ থেকে ফলিকল কেটে সামনের টাক অংশে বসানো হয়। সাধারণত আধা ইঞ্চি পরিমাণে গ্রাফট সংগ্রহ করে মাইক্রোস্কোপের সাহায্যে ব্যবচ্ছেদ করে তা প্রতিস্থাপন করা হয়।

২. ফলিকিউলার ইউনিট এক্সট্রাকশন : মাইক্রোমোটরের সাহায্যে ডোনার এরিয়া থেকে একটি একটি করে চুল তুলে এনে টাক অংশে প্রতিস্থাপন করা হয়। এই পদ্ধতিতে টাক অংশের ত্বক ছিদ্র করে সেখানে চুল বসানো হয়।

১৯৫২ সালে নরম্যান ওরেনট্রিচ নামের একজন আমেরিকান ডার্মাটোলজিস্ট প্রথম মেল প্যাটার্ন বাল্ডনেসের চিকিৎসায় চুল প্রতিস্থাপন করেন।

৩. ডাইরেক্ট হেয়ার ট্রান্সপ্ল্যান্টেশন : এই পদ্ধতিতে একটি কলম সদৃশ যন্ত্র বা হ্যান্ডপাঞ্চ ব্যবহার করে প্রতিটা চুল আলাদা করে তোলা হয় এবং প্রতিস্থাপন করা হয়। এই পদ্ধতিতে সময় বেশি লাগলেও জটিলতা কম।

চুল প্রতিস্থাপনে বিবেচ্য বিষয়

প্রতিস্থাপিত চুল কতটা সুন্দর বা দৃশ্যমানভাবে দেখতে প্রাকৃতিক হবে তা নির্ভর করে কয়েকটি বিষয়ের ওপর। ডোনার এরিয়ার চুল যদি ঘন থাকে তাহলে ভালো ফলাফল পাওয়া যেতে পারে। প্রতিস্থাপনের ক্ষেত্রে পাতলা ও কালো রঙের চুলের চেয়ে ধূসর বা ফিকে রঙের ঘন চুল ভালো ফল দেয়। প্রতিস্থাপনের পর চুলের গোড়া শক্ত হতে এবং নতুন চুল গজাতে নয় মাস সময় লাগতে পারে। চুল প্রতিস্থাপনে ধূমপায়ীদের জন্য কিছুটা জটিলতা আছে। তাই ধূমপান ত্যাগ করা জরুরি। প্রতিস্থাপনের পর ধারাবাহিক স্বাস্থ্যসেবার প্রয়োজন হতে পারে।

চুল প্রতিস্থাপনের পর করণীয়

সার্জারির ধরনের ওপর প্রতিক্রিয়ার তারতম্য হতে পারে। প্রতিস্থাপনের পর কিছু শারীরিক অসুবিধা বোধ হতে পারে। যেমন—এক বা দুইদিন মাথায় ব্যান্ডেজ পেঁচিয়ে রাখা লাগতে পারে। এতে অস্বস্তি হতে পারে। সাময়িকভাবে আঘাত পাওয়া বা ফুলে যাওয়ার মতো অনুভূতি হওয়া, মাথার ত্বকে আঁটসাঁট অনুভূতি হওয়া, চুল প্রতিস্থাপিত অংশগুলোতে ছোটো ছোটো স্ক্যাব দেখা যাওয়ার মতো সমস্যা দেখা দিতে পারে। এই সমস্যাগুলো সাধারণত অল্প কিছুদিনেই ঠিক হয়ে যায়। তবে প্রতিস্থাপনের পর নিম্নোক্ত বিষয়গুলো মেনে চলা আবশ্যক—

- চুল প্রতিস্থাপনের পর চিকিৎসকের সব নির্দেশনা মেনে চলতে হবে।
- ব্যায়াম বা শারীরিক অনুশীলন থেকে বিরক্ত থাকতে হবে।
- অতিরিক্ত শক্তিপ্রয়োগ করতে হয় এমন কাজে রক্তের চাপ বেড়ে গিয়ে ক্ষতস্থান থেকে রক্তপাত হতে পারে। এই ধরনের কাজ এড়িয়ে চলতে হবে।
- প্রতিস্থাপনের পর চুলের স্বাস্থ্যের জন্য উপকারী ভিটামিন ও খনিজসমৃদ্ধ খাবার খেতে হবে
- রক্তপাত, তীব্র ব্যথা বা অস্বাভাবিক পরিবর্তন দেখা দিলে চিকিৎসকের পরামর্শ নিতে হবে।

Neuromate

Vitamin B_1, B_6 & B_{12} Tablet

QUALITY EUROPEAN API PRODUCT

Repairs Nerves...

Effectively reduces Diabetic & Peripheral Neuropathy

Effectively reduces Low Back Pain

Provides Anti-oxidative effects

*To be dispensed only by or on the prescription of a registered physician

European API in **Neuromate** ensures **Highest purity** to provide **Optimum quality product** which ensures **Highest efficacy** & **Maximum safety**

Labaid Pharma Quality First...

Scan here to find our page instantly :
"Like" us on facebook
fb.com/labaidpharmaceuticals

LABAID PHARMACEUTICALS LIMITED
Bay Tower (Level-2), House 23, Gulshan-1, Dhaka-1212
Phone : 88 02 222299910, Fax : 88 02 9615497
info@labaidpharma.com, www.labaidpharma.com

বর্তমানে বাংলাদেশে সফলভাবে চুল প্রতিস্থাপনের চিকিৎসা হচ্ছে।

বিয়ের আগে স্বাস্থ্যপরীক্ষা

অধ্যাপক ডা. সমীরণ কুমার সাহা
এমবিবিএস, পিএইচডি (মেডিসিন), এফএসিপি, এফআরসিপি (এডিন)
অনারারি প্রফেসর, স্টেট ইউনিভার্সিটি অব বাংলাদেশ
মেডিসিন বিশেষজ্ঞ, সিনিয়র কনসালট্যান্ট, মেডিসিন বিভাগ
ল্যাবএইড স্পেশালাইজড হাসপাতাল

শরীফ ও মিমির এক পুত্র সন্তান নিয়ে ৮ বছরের দাম্পত্য-জীবন। প্রথম সন্তানের বয়স পাঁচ বছর। দ্বিতীয় সন্তানের জন্য চেষ্টা করছেন। কিন্তু একাধিকবার গর্ভপাত হওয়ায় বেশ দুশ্চিন্তায় পড়েছেন। চিকিৎসকের পরামর্শে রক্তপরীক্ষা করে জানতে পারলেন, স্বামী-স্ত্রীর রক্তের গ্রুপ জটিলতায় স্ত্রীর শরীরে অ্যান্টিবডি তৈরি হয়েছে। এই অ্যান্টিবডি ভ্রূণে প্রবেশ করার ফলে গর্ভধারণে সমস্যা হচ্ছে।

বিয়ের আগে স্বাস্থ্যপরীক্ষা কেন জরুরি

নারী ও পুরুষ—বন্ধ্যা হতে পারেন যে কেউ। বিয়ের আগে পুরুষের সিমেন টেস্ট (শুক্রাণুর সংখ্যা) ও নারীর ওভুলেশন টেস্ট (ডিম্বাশয়ের অবস্থা যাচাই) করালে সন্তান জন্মদানের সক্ষমতা কিংবা অক্ষমতা সম্পর্কে জানা যায়। স্বামী স্ত্রীর রক্তের গ্রুপ জটিলতায় স্ত্রীর শরীরে অ্যান্টিবডি তৈরি হয় যা পরবর্তীকালে গর্ভপাত ও শিশুমৃত্যুর প্রধান কারণ হতে পারে। এছাড়া যৌনমিলনের মাধ্যমে ছড়াতে পারে সিফিলিস, গনোরিয়া ও এইডসের মতো যৌনবাহিত নানা রোগ।

বিয়ের আগে স্বাস্থ্যপরীক্ষা না করালে কী কী ঝুঁকি থাকে

- মা-বাবা দুজনই থ্যালাসেমিয়ার বাহক হলে সন্তান থ্যালাসেমিয়ায় আক্রান্ত হতে পারে।
- বাবা মায়ের রক্তের গ্রুপ জটিলতায় সন্তান ইরাইথ্রোব্লাস্টোসিস ফিটালিসের মতো প্রাণঘাতী জন্ডিস নিয়ে জন্ম নিতে পারে।
- পুরুষের শুক্রাণু সংখ্যা স্বাভাবিকের চেয়ে কম হলে কিংবা নারীর ওভারিতে কোনো জটিলতা দেখা দিলে সন্তান জন্মদানে অক্ষমতা দেখা দিতে পারে।

বিয়ের আগে স্বাস্থ্যপরীক্ষা যৌন ও প্রজননস্বাস্থ্যকে সুরক্ষিত রাখে।

- নারী হেপাটাইটিস বি, সি ভাইরাসের বাহক হলে পুরুষ সঙ্গী ও গর্ভের সন্তান সংক্রমিত হতে পারে।
- নারী পুরুষ যেকোনো একজন সিফিলিস, গনোরিয়া, এইডসের মতো যৌনবাহিত রোগের বাহক হলে যৌনমিলনের মাধ্যমে সঙ্গী সংক্রমিত হতে পারে।
- মা গনোরিয়ায় আক্রান্ত হলে শিশু অন্ধ হয়ে জন্মাতে পারে। তাছাড়া গনোরিয়া নারীর বন্ধ্যাত্বের অন্যতম কারণ।
- বংশ পরম্পরায় ডায়াবেটিস, হাইপারটেনশন ও এপিলেপ্সি থাকলে পরবর্তী প্রজন্মেও এসব রোগের ঝুঁকি থাকে।

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার তথ্য ও অন্যান্য সমীক্ষা অনুযায়ী, বাংলাদেশে থ্যালাসেমিয়া রোগের বাহক মোট জনসংখ্যার সাত থেকে দশ শতাংশ।

কী কী স্বাস্থ্যপরীক্ষা অতি জরুরি

থ্যালাসেমিয়া : থ্যালাসেমিয়া হলো একটি জিনবাহিত রক্তরোগ। স্বামী-স্ত্রী দুজনই এই রোগের বাহক হলে সন্তান সংক্রমিত হয়। থ্যালাসেমিয়ায় আক্রান্ত হলে রক্তে হিমোগ্লোবিনের পরিমাণ কমে যায়। তখন বোনম্যারো প্রতিস্থাপন অত্যাবশ্যক হয়ে পড়ে। বিয়ের আগে সিবিসি টেস্ট করে রক্তে হিমোগ্লোবিনের পরিমাণ জেনে নিন।

হেপাটাইটিস : বিয়ের আগে থেকে কনে হেপাটাইটিসের বাহক হলে শারীরিক মিলনের মাধ্যমে পুরুষ সঙ্গী সংক্রমিত হতে পারে। তা ছাড়া গর্ভের সন্তান এই ভাইরাসের বাহক হয়ে জন্ম নিতে পারে। তাই বিয়ের আগে হেপাটাইটিস 'এ', 'বি' ভ্যাকসিন নিয়ে রাখা ভালো।

ফার্টিলিটি টেস্ট : বন্ধ্যাত্ব নারী পুরুষ যে কারো ক্ষেত্রে ঘটতে পারে। বিয়ের আগে পুরুষের সিমেন টেস্ট করে শুক্রাণুর সংখ্যা জেনে নেওয়া উচিত। ওভুলেশন টেস্ট করে নারীদের জেনে নিতে হবে ডিম্বাশয়ের পরিস্থিতি। দেখতে হবে ইউরেটাসে কোনো সমস্যা আছে কি না।

এসটিডি টেস্ট : এসটিডি হলো যৌনবাহিত সংক্রমণ রোগ। যৌনমিলনের মাধ্যেম সঙ্গী বা সঙ্গিনীর দেহে ছড়াতে পারে সিফিলিস-গনোরিয়া, এইচ আইভি এইডসসহ নানা রোগ। ব্লাড টেস্ট ও প্রস্রাব টেস্টের মাধ্যেমে এই রোগ শনাক্ত করা যায়।

রক্তের গ্রুপ পরীক্ষা : স্ত্রীর রক্ত নেগেটিভ গ্রুপ এবং স্বামীর রক্ত পজিটিভ গ্রুপের হলে কিছু সমস্যা দেখা দিতে পারে। তবে প্রথম সন্তান যদি নেগেটিভ গ্রুপের হয় তাহলে ভয়ের কিছু নেই। বিপত্তি বাঁধে প্রথম সন্তানের রক্ত পজিটিভ গ্রুপের হলে। নেগেটিভ-পজিটিভ মিথস্ক্রিয়ায় মায়ের শরীরে অ্যান্টিবডি তৈরি হয়। এতে দ্বিতীয় সন্তান জন্মগ্রহণ করতে পারে মারাত্মক জন্ডিস ও মস্তিষ্কের সমস্যা নিয়ে। তাই প্রথম সন্তান জন্মের পরপরই মায়ের শরীরে এন্টি-ডি ইনজেকশন দিয়ে নিতে হবে।

মানসিক স্বাস্থ্যপরীক্ষা : অল্পতেই রেগে যাওয়া, অতিরিক্ত সন্দেহ করা কিংবা সারাক্ষণ বিষণ্ন থাকার ফলে তৈরি হতে পারে তীব্র পারিবারিক কলহ। তা ছাড়া, মানসিক স্বাস্থ্যের অবনতি হলে শারীরিক সম্পর্কেও অনিহা দেখা দিতে পারে। এসব অপ্রত্যাশিত দাম্পত্য কলহ এড়াতে বিয়ের আগে পাত্র-পাত্রী উভয়ের মানসিক স্বাস্থ্যপরীক্ষা করা জরুরি।

দীর্ঘমেয়াদি ও জিনগত রোগ : ডায়াবেটিস, উচ্চ-রক্তচাপ, এপিলেপ্সি, ম্যালিগনেন্সির মতো নানা রকম রোগ-ব্যাধি বংশ পরম্পরায় বাসা বাঁধতে পারে শরীরে। তাই সম্ভাব্য স্বাস্থ্যঝুঁকি থেকে বাঁচতে হলে সতর্ক থাকা জরুরি। বিয়ের আগেই পাত্র-পাত্রীকে নিজেদের ও পারিবারিক রোগের ইতিহাস জেনে নিতে হবে।

✆10606

প্রথম বাংলাদেশি ল্যাবরেটরি হিসেবে **আন্তর্জাতিক স্বীকৃতি** পেল

ল্যাবএইড লিমিটেড (ডায়াগনস্টিকস), ধানমন্ডি

LABAID Diagnostics ...Home of Trust

স্বাস্থ্য পরীক্ষায় প্রথম বাংলাদেশি ডায়াগনস্টিক ল্যাবরেটরি হিসেবে ল্যাবএইড অর্জন করল CAP Accreditation যা বিশ্বের অন্যতম কঠোর ল্যাবরেটরির মান পরীক্ষাকারী সংস্থার স্বীকৃতি।

CAP ACCREDITED
COLLEGE of AMERICAN PATHOLOGISTS

CAP Accreditation স্বীকৃতি দেয়-

- সর্বাধুনিক প্রযুক্তির ব্যবহার
- সঠিক ল্যাব রিপোর্ট
- আন্তর্জাতিক মান
- বিশ্বব্যাপী ডাক্তারদের কাছে রিপোর্টের গ্রহণযোগ্যতা

ল্যাবএইড লিমিটেড (ডায়াগনস্টিকস)
বাড়ি ১, রোড ৪, ধানমন্ডি, ঢাকা ১২০৫, বাংলাদেশ
ওয়েব: www.labaiddiagnostics.com

ন্যাশনাল লিভার ফাউন্ডেশন অব বাংলাদেশের তথ্যমতে, দেশে প্রায় এক কোটি মানুষ হেপাটাইটিস ভাইরাসে আক্রান্ত।

Cephoral

Cefixime USP

200 mg
400 mg
Capsule

75 ml
50 ml DS
50 ml
37.5 ml
21 ml PD
DFS

A Preparation of DMF Grade Cefixime

An outstanding breakthrough with quality ingredients

- Ideal choice for switch therapy
- Most palatable suspension preparation
- Truly once or twice daily dose
- Pregnancy Category B
- Safe from 6 months of age

labaid pharma *Quality First...*

Scan here to find our page instantly :
"Like" us on facebook
fb.com/labaidpharmaceuticals

LABAID
PHARMACEUTICALS LIMITED
Bay Tower (Level-2), House 23, Gulshan-1, Dhaka-1212
Phone : 88 02 222299910, Fax : 88 02 9615497
info@labaidpharma.com, www.labaidpharma.com

*To be dispensed only by or on the prescription of a registered physician

মেছতা কেন হয় : সমাধানে কী করবেন

ডা. ইসাবেলা কবির

এমবিবিএস, এমসিপিএস, এফসিপিএস
ফেলো ইন কিউটেনাস অ্যান্ড লেজার সার্জারি (থাইল্যান্ড)
চর্ম, যৌন, কুষ্ঠ, সেক্স, অ্যালার্জি ও স্কিন লেজার বিশেষজ্ঞ
কনসালট্যান্ট, চর্ম ও যৌন রোগ বিভাগ
ল্যাবএইড কার্ডিয়াক হাসপাতাল, ধানমন্ডি, ঢাকা

সদ্য সন্তানের মা হয়েছেন মিরা। বাচ্চাকে দেখতে এসে প্রত্যেকেই মিরার গালের কালো দাগ নিয়ে নানা প্রশ্ন করছেন। পরিষ্কার ত্বক ও সুন্দর মুখশ্রীর কারণে পরিচিতমহলে একসময় বেশ নামডাক ছিল তার। কিন্তু গর্ভধারণের কিছুদিন পর হঠাৎ তিনি খেয়াল করেন, তার নাকের দুই পাশ থেকে গাল অব্দি ছোপ ছোপ কালো দাগ দেখা দিয়েছে। ধীরে ধীরে দাগ আরো স্পষ্ট হতে শুরু করে। বর্তমানে ত্বকের এই দাগ এবং সবার নানা জিজ্ঞাসায় বেশ বিব্রত মিরা।

মিরার দুশ্চিন্তা দেখে তার স্বামী তাকে একজন চর্মরোগ বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের কাছে নিয়ে যান। চিকিৎসক মিরার ত্বকের দাগ দেখে জানান, তার ত্বকে দেখা দিয়েছে মেলাসমা বা মেছতা। মিরার এই মেছতা গর্ভকালীন, তাই দুশ্চিন্তার কিছু নেই। অনেকেরই গর্ভকালীন মেছতা হতে দেখা যায়। চিকিৎসা ও পরিচর্যার মাধ্যমে এই দাগ দূর করা সম্ভব।

মেছতা কী?

মেলাসমা বা মেছতা ত্বকের একধরনের পিগমেন্টেশন ডিসঅর্ডার বা ত্বকের রোগ। মূলত ত্বকের রঞ্জক পদার্থ মেলানিনের পরিমাণ বেড়ে যাওয়াই এর কারণ। বংশগত কারণ, অতিরিক্ত সূর্যালোক, জন্মনিরোধক বড়ি সেব, শরীরে ইস্ট্রোজেন ও প্রোজেস্টেরন হরমোনের মাত্রা বেড়ে যাওয়াসহ নানা কারণে মেলানিন বেড়ে যায়। ফলে মুখ, থুতনি, কপাল ও গালে হালকা বা গাড় বাদামি রঙের দাগ দেখা দেয়। দিন যত যায় তত গাঢ় হয় এই দাগ। নষ্ট করে দেয় ত্বকের সৌন্দর্য। এতে বেড়ে যায় রোগীর দুশ্চিন্তা ও মানসিক চাপ। সাধারণত ২০ থেকে ৪০ বছর বয়সী নারীদের ক্ষেত্রে এই রোগটি বেশি হতে দেখা যায়। তবে পুরুষদের ত্বকেও মেছতা হতে পারে।

কেন হয় মেছতা?

মেছতার প্রকৃত কারণটি এখনো অজানা। তবে ধারণা করা হয়, বংশগত কারণের পাশাপাশি যারা বেশি সময় সূর্যালোকে থাকেন, তাদের এই সমস্যা বেশি হয়। অনেকেরই গর্ভধারণের সময় হরমোনের প্রভাবে ত্বকে মেছতা দেখা দেয়। তাই মেছতাকে 'মাস্ক অব প্রেগনেন্সি' বলা হয়। আবার অতিরিক্ত প্রসাধনী ব্যবহারের কারণে মেছতার মতো হতে পারে। যকৃতের জটিলতার কারণেও মেছতা হয়। মেছতার কারণে ত্বকের স্বাভাবিক সৌন্দর্য নষ্ট হয়।

ল্যাবএইড লেজার অ্যান্ড এস্থেটিক লাউঞ্জে লেজারের মাধ্যমে মেছতার চিকিৎসা করা হয়।

অনেকেই মুখে, গালে মেছতার কালো দাগ নিয়ে বিব্রত বোধ করেন। সবচেয়ে বেশি যে কারণগুলোকে মেছতার জন্য দায়ী বলা হয়—

- বংশগত কারণ
- সূর্যের আলোর প্রভাব
- জন্মনিয়ন্ত্রণ বড়ি সেবন
- গর্ভধারণ করা
- থাইরয়েডজনিত সমস্যা
- ওষুধের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া
- তীব্র মানসিক চাপ
- যকৃতের সমস্যা
- মেনোপজ
- হরমোনজনিত সমস্যা
- অতিরিক্ত প্রসাধনী ব্যবহার

মেছতার চিকিৎসা

মেছতা সাধারণত তিন ধরনের হয়ে থাকে— এপিডারমাল মেলাসমা, ডারমাল মেলাসমা ও মিক্সড। ত্বকের ওপরের অংশে যে মেছতা হয়, তাকে বলে এপিডারমাল মেলাসমা। আর ত্বকের ভেতরের অংশে যে মেছতা হয় তাকে বলা হয় ডারমাল মেলাসমা। এই দুইয়ের বৈশিষ্টযুক্ত মেছতাই হচ্ছে মিক্সড মেলাসমা। এপিডারমাল মেলাসমার চিকিৎসা সহজ হলেও ডারমাল মেলাসমার চিকিৎসা বেশ জটিল ও সময়সাপেক্ষ। এক্ষেত্রে ধৈর্যের বিকল্প নেই।

তবে গর্ভকালীন মেছতা হলে দুশ্চিন্তার কিছু নেই। সন্তান জন্মের পর ধীরে ধীরে এটি চলে যায়। মেছতার চিকিৎসা প্রাথমিক অবস্থায় শুরু করলে ভাল ফলাফল পাওয়া যায়। ২ হাইড্রোকুইনোন ত্বকে লাগালে উপকার হতে পারে। এছাড়া ট্রেটিনয়েন, গ্লাইকোলিক অ্যাসিড, কোজিক অ্যাসিড ইত্যাদিও ব্যবহার করা যেতে পারে। বর্তমানে কেমিক্যাল পিলিং, মাইক্রোডার্মাব্রেশন ও পিআরপি থেরাপির মাধ্যমে মেছতার চিকিৎসা করা হচ্ছে। এছাড়া মেছতার চিকিৎসায় এজেলিক অ্যাসিড, ট্রানেক্সামিক অ্যাসিড ইত্যাদিও ব্যবহৃত হয়।

অনেকেই এগুলোকে ক্রিম মনে করে নিজের ইচ্ছামত কিনে ব্যবহার করেন। মনে রাখতে হবে এগুলো ক্রিম নয়, ওষুধ। তাই ত্বকে এসব ব্যবহারের আগে অবশ্যই একজন চর্মরোগ বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের সঙ্গে পরামর্শ করে নিতে হবে।

মেছতা প্রতিরোধ

নানা কারণে ত্বকে মেছতা হতে পারে। তাই মেছতা প্রতিরোধে এর সম্ভাব্য কারণগুলো বের করে সে অনুযায়ী ব্যবস্থা নিতে হবে। মেছতার অনেক বড়ো একটি কারণ মনে করা হয় তীব্র সূর্যালোক ও চুলার আঁচে দীর্ঘসময় অবস্থান করা। তাই সূর্যের আলোতে বাইরে গেলে এবং রান্না করার আগে ত্বকের উন্মুক্ত অংশে ভালোভাবে সানস্ক্রিন লাগিয়ে নিতে হবে। বাইরে ছাতা ব্যবহার করতে হবে। সানস্ক্রিনের ক্ষেত্রে উচ্চ এসপিএফযুক্ত সানস্ক্রিন বেছে নিতে হবে। নিয়মিত স্বাস্থ্যপরীক্ষার মাধ্যমে হরমোনের সমস্যা আছে কী না তা শনাক্ত করতে হবে এবং সে অনুযায়ী চিকিৎসা গ্রহণ করতে হবে। শরীরের অভ্যন্তরীণ সমস্যা ঠিক না হলে মেছতা বারবার ফিরে আসে। তাই এর কারণগুলো দূর করতে সবচেয়ে বেশি জোর দিতে হবে। নিয়মিত ফলমূল ও শাক সবজি খেতে হবে। যথাসম্ভব সূর্যালোক এড়িয়ে চলার চেষ্টা করবেন।

যুক্তরাষ্ট্রের জাতীয় স্বাস্থ্য ইন্সটিটিউটের তথ্যমতে, বিশ্বব্যাপী নারীরা পুরুষের তুলনায় মেছতায় নয় গুণ বেশি সংক্রমিত হয়।

HOTLINE 10606

LABAID

আপনি জানেন কি?

‘ভিটামিন ডি’ স্বল্পতা যেকোনো রোগের কারণ হতে পারে!

ভিটামিন ডি-টেস্টের মাধ্যমে

জেনে নিন আপনার ভিটামিন ডি এর মাত্রা

- **বিভিন্ন ধরনের ব্যথা**
- **মানসিক অবসাদ**
- **শারীরিক দুর্বলতা**
- **হাড় ও হাড় ক্ষয়জনিত সমস্যা**
- **চুল পড়ে যাওয়া ইত্যাদি**

এগুলো হতে পারে ভিটামিন ডি-এর ঘাটতির কারণে।
এছাড়াও নিচের লক্ষণগুলোও দেখা যেতে পারে।

‘ভিটামিন ডি’ ঘাটতির লক্ষণসমূহ:

বয়স্কদের ক্ষেত্রে:

- সিঁড়ি দিয়ে উঠতে গেলে অথবা কিছুক্ষণ হাঁটলে হাঁটু অথবা পায়ের যেকোনো অংশে ব্যথা হওয়া
- সারা শরীরে ব্যথা, কোমরে ব্যথা, মাংসপেশিতে ব্যথা
- হাড় ক্ষয়জনিত ব্যথা এবং নানা উপসর্গ
- মানসিক অবসাদ, বিষন্নতা অথবা যেকোনো মানসিক পরিবর্তন
- ঘনঘন সংক্রমণ ও কোনো ক্ষত সহজে না সারা
- শারীরিক দুর্বলতা ও দ্রুত ক্লান্ত হয়ে যাওয়া
- চুল পড়ে যাওয়া
- হৃদরোগ, ডায়াবেটিসসহ বিভিন্ন ধরনের রোগ হতে পারে
- বিভিন্ন ধরনের চর্মরোগ হতে পারে

শিশুদের ক্ষেত্রে:

- রিকেটস রোগ-এর কারণে হাড় নরম হয়ে বেঁকে যেতে পারে
- রক্তে ক্যালসিয়াম কমে গিয়ে অচেতন হয়ে যেতে পারে

ভিটামিন ডি-এর মাত্রা না জেনে কোনো ধরনের সাপ্লিমেন্ট নিলে যেকোনো ধরনের জটিলতা হতে পারে। তাই ভিটামিন ডি-এর সঠিক মাত্রা জানুন, সুস্থ থাকুন।

‘ভিটামিন ডি’ ঘাটতির ঝুঁকি কাদের বেশি:

- শিশু (০-১৬ বছর)
- মহিলা (যেকোনো বয়সের হতে পারে)
- গর্ভবতী মহিলা
- পুরুষ (যাদের বয়স সাধারণত ৪০ অথবা তার বেশি)
- যাদের ওজন স্বাভাবিকের চেয়ে বেশি
- যারা পর্যাপ্ত সূর্যের আলোর সংস্পর্শে আসেন না
- যারা দিনের বেশিরভাগ সময় ঘরে, স্কুল/কলেজ/বিশ্ববিদ্যালয় এবং অফিসে থাকে
- লিভার অথবা কিডনির কোনো সমস্যা থাকলে
- শ্যামবর্ণ অথবা গাঢ়বর্ণের ব্যক্তি

বিস্তারিত জানতে: **017 6666 1642**

ল্যাবএইড লিমিটেড (ডায়াগনস্টিক)
বাড়ি ১, রোড ৪, ধানমন্ডি, ঢাকা , ফোন : ৫৮৬১০৭৯৩-৮

ত্বকের বলিরেখা : দূর করবেন যেভাবে

ডা. ফারিবা মজিদ
চর্ম, যৌন, কুষ্ঠ, অ্যালার্জি, লেজার ও কসমেটিক সার্জন
এমবিবিএস (ঢাকা মেডিকেল কলেজ)
এমসিপিএস, এফসিপিএস (চর্ম ও যৌন রোগ)
অ্যাডভান্স ট্রেনিং অন এস্থেটিক ডার্মাটোলজি (ডিডিআই)
সহকারী অধ্যাপক (চর্ম ও যৌন রোগ বিভাগ)
ইউনিভার্সাল মেডিকেল কলেজ ও হাসপাতাল
চেম্বার : ল্যাবএইড আইকনিক, কলাবাগান, ঢাকা

বয়স বাড়ার সঙ্গে সঙ্গে আমাদের শরীরে কতগুলো দৃশ্যমান পরিবর্তন দেখা দেয়। প্রধানতম পরিবর্তন ঘটে আমাদের ত্বকে। ত্বক কুঁচকে যায়, ভাঁজ দেখা দেয়। যাকে সাধারণত বলিরেখা বলা হয়। বয়োবৃদ্ধির সঙ্গে ত্বকে বলিরেখা দেখা দেওয়া স্বাভাবিক ব্যাপার। কিন্তু কারো কারো ক্ষেত্রে অল্প বয়সেই এটি হতে দেখা যায়। তারুণ্য ঢাকা পড়ে যায় বুড়িয়ে যাওয়া ত্বকের আড়ালে। এমনটি হলে আক্রান্ত ব্যক্তি খুব হীনম্মন্যতায় ভুগে থাকেন। একই বয়সী বা কাছাকাছি বয়সী কারো ত্বক টানটান, অথচ নিজের দিকে তাকালে নিজেরই খারাপ লাগে।

কেন হয় ত্বকের বলিরেখা

আগেই বলা হয়েছে, এটি বয়োবৃদ্ধির স্বাভাবিক ঘটনা। বয়স বাড়ার সঙ্গে সঙ্গে কোষের কার্যক্ষমতা কমতে থাকে। ফলে ত্বক পাতলা হয়ে যায়। ত্বকের আর্দ্রতা ও স্থিতিস্থাপকতা হ্রাস পায়। যার দরুণ ত্বক নিজেকে রক্ষা করার সক্ষমতা হারায়। এরই ফলাফল হিসেবে ত্বকে বলিরেখা, ভাঁজ বা বিভিন্ন দাগ দৃশ্যমান হতে দেখা যায়।

তরুণ বয়সে ত্বকে কোনো সমস্যা হলে তা দ্রুতই সেরে যায়। কিন্তু যখন বয়স বেড়ে যায় তখন ত্বকের নমনীয়তা কমে যাওয়ায় ত্বকে স্থায়ী গর্ত বা ক্ষত তৈরি হয়। তাহলে অনেকের ক্ষেত্রে অল্প বয়সে বা পর্যাপ্ত বয়স হওয়ার আগেই যে বলিরেখা দেখা দেয় এর কারণ কী? এক্ষেত্রে বংশগত, জীবনযাপনপ্রক্রিয়া, পরিবেশ, খাদ্যাভ্যাস, ধূমপান, সূর্যালোক—প্রভৃতি বিষয়ের ভূমিকা রয়েছে। এখানে কয়েকটি বিষয়ে একটু বিস্তারিত আলোচনা করা যেতে পারে।

জীবনযাপনপ্রক্রিয়া : ভুল জীবনযাপনপদ্ধতির প্রত্যক্ষ প্রভাব পড়ে আমাদের ত্বকে। ঠিকমতো না ঘুমানো, ভুল ভঙ্গিতে শোয়া, শারীরিক পরিশ্রম না করা বা অতিরিক্ত পরিশ্রম করা, শরীরচর্চা না করা, চোখ-মুখ কুঁচকে থাকা—এসব অভ্যাসের ফলে ত্বকে বলিরেখা পড়তে পারে।

পরিবেশ : দূষিত পরিবেশ ত্বকের জন্য অত্যন্ত ক্ষতিকর। বাতাসে থাকা ধোঁয়া, ধুলাবালু বা পরিবেশে বিদ্যমান নাইট্রোজেন ডাইঅক্সাইড গ্যাস লোমকূপের মাধ্যমে শরীরে প্রবেশ করলে শরীরে কোলাজেন উৎপাদনের হার কমে যায়। ফলে ত্বকের নমনীয়তা হ্রাস পায়।

বাতাসে নাইট্রোজেন ডাই-অক্সাইড, সালফার ডাই-অক্সাইড, কার্বন মনো-অক্সাইড, ফ্রি র‍্যাডিক্যালের উপস্থিতি ত্বকের জন্য খুবই ক্ষতিকর।

সূর্যের অতিবেগুনি রশ্মি : এটি ত্বকের কোলাজেন ও ইলাস্টিক ফাইবারের ক্ষতি করে। এই ফাইবার সংযোজক টিস্যু গঠন করে, যা ত্বককে দেহের সঙ্গে জুড়ে থাকতে সহায়তা করে। এটি ক্ষতিগ্রস্ত হলে ত্বক দুর্বল হয়ে যায় এবং নমনীয়তা হারায়। যারা অধিক রোদে কাজ করেন বা বাইরে দীর্ঘসময় খেলাধুলা করেন তাদের ত্বকে অল্প বয়সেই বলিরেখা পড়ার ঝুঁকি বেশি।

খাদ্যাভ্যাস : ত্বকে বুড়িয়ে যাওয়ার ছাপ পড়ার ক্ষেত্রে খাদ্যাভ্যাস অনেক বড়ো একটি বিষয়। ভিটামিন, স্নেহ ও খনিজসমৃদ্ধ খাবারের ঘাটতি থাকলে অল্প বয়সেই ত্বক কুঁচকে যেতে পারে। ধূমপানের অভ্যাস থাকলেও ত্বক ক্ষতিগ্রস্ত হয়। ধূমপান দেহের কোলাজেন, ইলাস্টিক ফাইবার ও প্রোটিওগ্লাইকান তৈরিতে বাঁধা দেয়, যা দেহের জৈব সংশ্লেষ ও ত্বকের সংযোজক টিস্যুর মাঝে ভারসাম্যহীনতা তৈরি করে।

বলিরেখা প্রতিরোধে করণীয় ও বর্জনীয়

⊕ বলিরেখা প্রতিরোধে প্রথমেই নিয়মতান্ত্রিক জীবনযাপন নিশ্চিত করা জরুরি। অযথা রাত জাগার অভ্যাস ত্যাগ করতে হবে। শোয়ার সময় বালিশ এমনভাবে রাখুন যাতে মুখ বা গলার ত্বকে কোনোরূপ চাপ না পড়ে। প্রতিদিন কিছু সময় শরীরচর্চা করবেন। শারীরিক পরিশ্রমও গুরুত্বপূর্ণ। তবে কোনোভাবেই অধিক পরিশ্রম করবেন না। আনন্দ, বিরক্তি বা হতাশার অভিব্যক্তি প্রকাশের সময় যথাসম্ভব চোখ-মুখ কুঁচকে থাকবেন না।

⊕ গুরুত্ব দিন পুষ্টিকর খাদ্যাভ্যাসের ব্যাপারে। ভাজাপোড়া, অধিক তেলযুক্ত খাবার, বাইরের অস্বাস্থ্যকর খাবার এড়িয়ে চলুন। দৈনন্দিন খাদ্যতালিকায় ভিটামিন এ, সি ও ই রাখবেন। এক্ষেত্রে গাজর, ব্রকলি, বাঁধাকপি, মিষ্টি কুমড়া, পালংশাক, মিষ্টি আলু, পেঁপে, কমলালেবু,

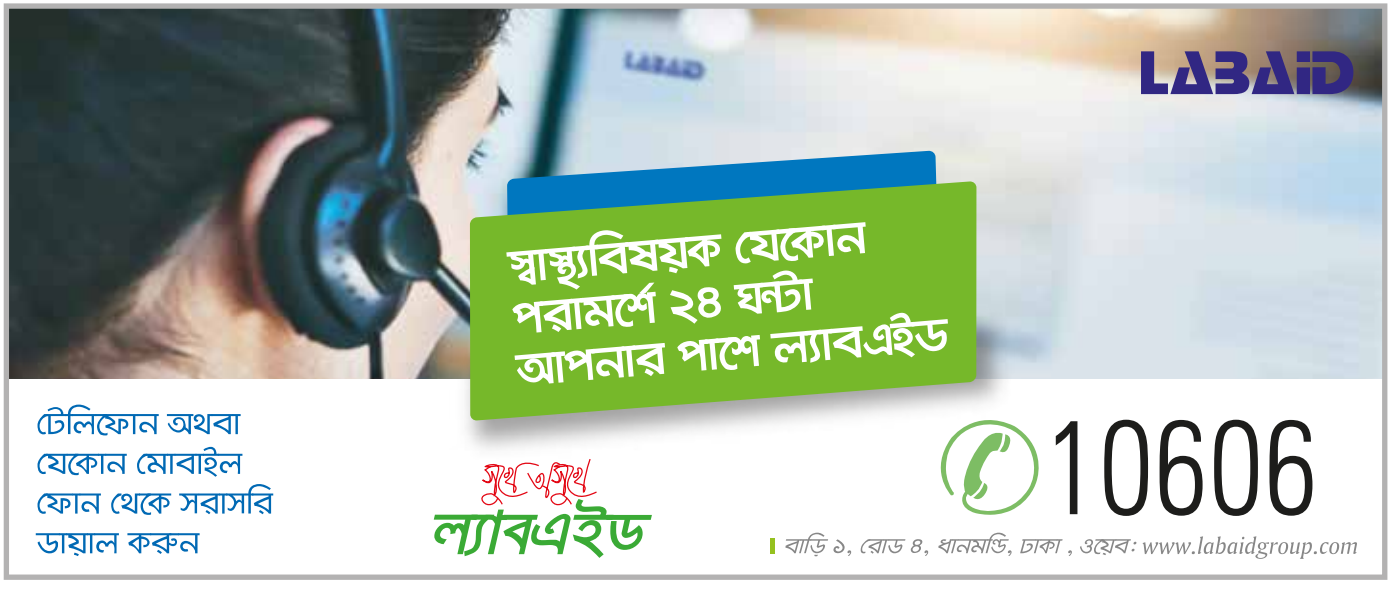
পেস্তাবাদাম, চিনাবাদাম, কাঠবাদাম ইত্যাদি খেতে পারেন। মাছ, মাংস, ডিম খেতে হবে নিয়মিত। পর্যাপ্ত পানি পান নিশ্চিত করতে হবে। ফাস্টফুড, ভাজাপোড়া ও চিনি খাওয়া থেকে যথাসম্ভব বিরত থাকবেন।

⊕ অধিক সূর্যালোক এড়িয়ে চলবেন। রোদের সময় বাইরে বের হলে সানস্ক্রিন ব্যবহার করবেন। চোখে রোদপ্রতিরোধী চশমা ব্যবহার করা ভালো। লম্বা হাতাওয়ালা, ঢিলেঢালা পোশাক পরবেন।

⊕ দৈনন্দিন কাজকর্মে যেমন—ধোয়া-মোছার কাজের সময় হাতে গ্লাভস পরে নিন। ধুলাবালু, ময়লা পরিবেশ এড়িয়ে চলুন। ধূমপানের অভ্যাস থাকলে তা পরিহার করুন। ময়েশ্চারাইজার ক্রিম, লোশন ত্বকের জন্য ভালো। এগুলো ব্যবহার করতে পারেন।

আধুনিক চিকিৎসাপদ্ধতি

বলিরেখা দূরীকরণে সর্বাধুনিক চিকিৎসার নাম বোটক্স (বটুলিনাম টক্সিন)। মূলত ইঞ্জেকশনের মাধ্যমে এই চিকিৎসা করা হয়। খুবই অল্প সময়ের মধ্যে প্রায় ব্যথামুক্ত উপায়ে বোটক্স করা হয়। ২৫ বছর বয়সের বেশি যে কেউ এ চিকিৎসা নিতে পারেন। একবার বোটক্স নিলে ৫-৬ মাস পরপর রিটাচ করতে হয়।



ঢাকা বিশ্বের সবচেয়ে দূষিত শহরগুলোর একটি। গবেষণা বলছে, ঢাকার বাতাসে দূষিত বস্তুকণার পরিমাণ সহনীয় মাত্রার চেয়ে প্রায় ৪-৫ গুণ বেশি।

ব্রণ নিয়ে যত চিন্তা

ডা. আয়েশা সিদ্দীকা
এমবিবিএস (ঢাকা), সিসিডি (বারডেম), ডিডিভি (ডিএমসি)
এফসিপিএস (ডার্মাটোলজি অ্যান্ড ভেনারোলজি)
ফেলোশিপ ট্রেনিং ইন স্কিন সার্জারি অ্যান্ড লেজার (আইওডি, থাইল্যান্ড)
ইন্টারন্যাশনাল মাস্টার কোর্স ফর অ্যাজিং সায়েন্স (আইএমসিএএস, ভারত)
সহযোগী অধ্যাপক ও বিভাগীয় প্রধান, ডার্মাটোলজি অ্যান্ড ভেনারোলজি বিভাগ
ডেল্টা মেডিকেল কলেজ অ্যান্ড হসপিটাল
ডার্মাটোলজিস্ট, ভেনারোলজিস্ট অ্যান্ড কসমেটো-লেজার স্পেশালিস্ট
চেম্বার : ল্যাবএইড ডায়াগনস্টিক্স, গুলশান-২

ক্লাস এইটে পড়ুয়া রুপন্তির গালে কয়েকটি ছোটো ছোটো ফুসকুড়ির মতো ব্রণ হয়েছে। সারাক্ষণ সেগুলো নখ দিয়ে খোঁটায় সে। এটা দেখে রুপন্তির মা তাকে এমন করতে নিষেধ করলেন। কিন্তু অবচেতনভাবেই বারবার রুপন্তির হাত গালে চলে যায়। কয়েকদিন পর তার মুখ ভরে গেল ব্রণে। তার মা তাকে নিয়ে গেলেন একজন চর্মরোগ বিশেষজ্ঞের কাছে। চিকিৎসক জানালেন, রুপন্তির যে ব্রণ হয়েছে তা সিস্টিক অ্যাকনি। নখ দিয়ে খোঁটানোর কারণে ব্রণের কষ মুখের অন্যান্য স্থানে লেগে গেছে। ফলে সারা মুখে ব্রণ ছড়িয়ে পড়েছে। যেহেতু রুপন্তির বয়ঃসন্ধিকাল চলছে তাই হরমোন পরিবর্তন-জনিত কারণেও ব্রণ হতে পারে বলে জানালেন তিনি।

কেন ব্রণ হয়?

অত্যন্ত পরিচিত একটি চর্মরোগ ব্রণ। ব্রণের ক্ষেত্রে বয়স অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। সাধারণত হরমোন পরিবর্তনজনিত কারণে বয়ঃসন্ধিকালে বেশি ব্রণ হতে দেখা যায়।

কিশোর-কিশোরীদের ব্রণ হওয়া খুবই পরিচিত সমস্যা। বিভিন্ন পরিসংখ্যানে দেখা যায়, প্রায় ৮০ শতাংশ কিশোর-কিশোরী এই বয়সে ব্রণজনিত সমস্যায় ভুগে থাকে। তবে যেকোনো বয়সেই ব্রণ হতে পারে। সাধারণত যেসব কারণে ব্রণ হয়—

- হরমোনের তারতম্য
- ত্বকের অযত্ন-অবহেলা
- অতিরিক্ত দুশ্চিন্তা
- জীবাণুর সংক্রমণ
- অনিদ্রা
- বংশগত কারণ
- স্টেরয়েডজাতীয় ওষুধ সেবন
- তৈলাক্ত ও অস্বাস্থ্যকর খাবার খাওয়া
- অতিরিক্ত ঘাম হওয়া
- পলিসিস্টিক ওভারিয়ান সিনড্রোম
- অনিয়ন্ত্রিত জীবনযাপন
- সূর্যের ক্ষতিকর রশ্মির সংস্পর্শে থাকা
- ত্বকে দীর্ঘসময় মেকআপ করে রাখা
- মেকআপ ব্যবহারের পর সঠিকভাবে ত্বক পরিষ্কার না করা
- অতিরিক্ত গরম ও আর্দ্র আবহাওয়া
- যানবাহনের দূষণ
- ধূমপান

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার তথ্যমতে, সারাবিশ্বে কৈশোরে ৯১% ছেলে ও ৭৯% মেয়ে ব্রণে আক্রান্ত হয়।

ব্রণের নানা ধরন

ব্রণের রয়েছে নানা ধরন। যেমন—প্রাথমিক পর্যায়ের ব্রণকে বলা হয় কমিডন। এটি হলে মুখে ব্ল্যাকহেডস বা দানার মতো হয়। ব্যাকটেরিয়ার সংক্রমণের ফলে যে ব্রণ হয় তাকে বলা হয় পাস্টিউলার অ্যাকনি। এই ব্রণ একটু বড় ও ব্যথাযুক্ত এবং এর ভেতরে পুঁজ থাকে। আবার আরেক ধরনের ব্রণ হয় যাতে মুখ ভর্তি হয়ে থাকে ব্রণে। একে বলা হয় সিস্টিক অ্যাকনি। এটি অন্যান্য ব্রণের চেয়ে কিছুটা আলাদা ধরনের হয়ে থাকে। এই ব্রণগুলো আকারে তুলনামূলক বড়ো, ব্যথাযুক্ত ও লাল হয়। দ্রুত ছড়িয়ে পড়ে এবং ব্রণ নির্মূল হতেও বেশ সময় লাগে।

এছাড়া রয়েছে ট্রপিক্যাল অ্যাকনি, যা অতিরিক্ত গরম ও আর্দ্রতার কারণে হয়। এ ধরনের ব্রণ পিঠ ও উরুতে বেশি হতে দেখা যায়। আবার নারীদের মধ্যে কারো কারো প্রিমেন্সট্রুয়াল অ্যাকনি হতে দেখা যায়। এটি সাধারণত মাসিক শুরুর সপ্তাহখানেক আগে হয়। আবার কোনো প্রসাধনী ব্যবহারের কারণে ব্রণ হলে তাকে অ্যাকনি কসমেটিকা বলা হয়। বারবার সাবান দিয়ে ত্বক পরিষ্কারের কারণেও ব্রণ হতে পারে। এই ব্রণকে বলা হয় অ্যাকনি ডিটারজিনেকস।

ব্রণের চিকিৎসা

ব্রণ ভয়ংকর কোনো সমস্যা না। কিন্তু ব্রণ হলে খোঁটাখুঁটি করার প্রবণতা দেখা যায়। ফলে অনাকাঙ্ক্ষিত দাগের সৃষ্টি হয়। এর প্রভাব পড়ে মনে। শুরু হয় দুশ্চিন্তা। সাধারণত তৈলাক্ত ত্বকে ব্রণ বেশি হতে দেখা যায়। তৈলাক্ত ত্বককে বলা হয় অ্যাকনিপ্রন স্কিন। তবে নিয়মিত পরিষ্কার করা না হলে শুষ্ক ত্বকেও ব্রণ হতে পারে। তাই ব্রণ প্রতিরোধে নিয়মিত পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন থাকা জরুরি।

যখন অল্প ব্রণ দেখা দেয় তখনই সালফার, জিংক, বেনজোয়েল পার অক্সাইড, রেটিন বা অ্যান্টিবায়োটিকযুক্ত লোশন বা জেল ব্যবহার করা যেতে পারে। কিন্তু বেশি ব্রণ হলে সিস্টেমেটিক অ্যান্টিবায়োটিক বা সিস্টেমেটিক রেটিনয়েড থেরাপির প্রয়োজন হতে পারে। যখন এসব থেরাপি কাজ করে না তখন অ্যাকনি লেজার থেরাপি, ডায়মড পিলিং, লো লেভেল এলইডি লাইট এসব অ্যাসথেটিক থেরাপির প্রয়োজন হতে পারে। ব্রণ হলে দুশ্চিন্তা না করে বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের সঙ্গে পরামর্শ করে উর্পযুক্ত থেরাপি ও অন্যান্য চিকিৎসাসেবা নিন। একইসঙ্গে নিয়ন্ত্রিত জীবনযাপন করুন।

ব্রণ রোধে মেনে চলুন কিছু নিয়ম-কানুন

- দিনে দুই থেকে তিনবার মাইল্ড বা হালকা ক্ষারযুক্ত ক্লিনজার দিয়ে ত্বক পরিষ্কার করুন।
- ত্বক তৈলাক্ত হলে ওয়াটার বেজড ক্লিনজার, ময়েশ্চারাইজার, সানস্ক্রিন ব্যবহার করুন।
- ঘরের বাইরে যাওয়ার আগে এবং ঘরে ফিরে ত্বক পরিষ্কার করুন।
- নিজের ব্যবহৃত তোয়ালে, চিরুনি, বালিশ আলাদা রাখুন।

- মানসিক চাপ পরিহার করুন এবং পর্যাপ্ত ঘুম নিশ্চিত করুন।
- অতিরিক্ত রোদ ও শুষ্ক আবহাওয়া এড়িয়ে চলুন।
- ব্রণে হাত ও নখ লাগাবেন না, খুঁটবেন না।
- কোষ্ঠকাঠিন্যের সমস্যা থাকলে দূর করুন।
- মুখে পানির ঝাপটা দিন।
- চুল খুশকিমুক্ত রাখুন।
- পর্যাপ্ত পানি পান করুন।

বর্তমানে বিশ্বের আটটি কমন সমস্যার একটি হলো ব্রণের সমস্যা।

D-Revive

Cholecalciferol

1000 IU
2000 IU
Tablet

20000 IU
40000 IU
Vegetable Capsule Shell

The finest Vitamin D for healthy life

BEST QUALITY API FROM DENMARK = Premium Quality Product

- Prevention and treatment of Vitamin D deficiency
- Boost up immunity
- Improves multiple function like-Bone health, Cardiac, Lung & Sexual function
- Prevents progression of cancer
- Lowers the risk of hypertension & stroke

*To be dispensed only by or on the prescription of a registered physician

labaid pharma Quality First...

Scan here to find our page instantly :
"Like" us on facebook
fb.com/labaidpharmaceuticals

LABAID
PHARMACEUTICALS LIMITED
Bay Tower (Level-2), House 23, Gulshan-1, Dhaka-1212
Phone : 88 02 222299910, Fax : 88 02 9615497
info@labaidpharma.com, www.labaidpharma.com

অ্যালার্জির নানা ধরন

অধ্যাপক লে. কর্নেল (অব.) ডা. মোঃ আব্দুল ওয়াহাব
এমবিবিএস, ডিডিভি, এমসিপিএস, এফএসিপি (ইউএসএ)
এফসিপিএস (ডার্মাটোলজি), এফআরসিপি, উচ্চতর প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত (থাইল্যান্ড)
চর্ম, যৌন, সেক্স, অ্যালার্জি ও কুষ্ঠরোগ বিশেষজ্ঞ
অধ্যাপক (চর্ম ও যৌন ব্যাধি বিভাগ)
বঙ্গবন্ধু শেখ মুজিব মেডিকেল বিশ্ববিদ্যালয়, শাহবাগ, ঢাকা
সিনিয়র কনসালট্যান্ট
ল্যাবএইড স্পেশালাইজড হাসপাতাল

মাস্ক ছাড়া বাইরে গেলেই হাঁচি শুরু হয় রোহানের। গরুর মাংস বা ইলিশ মাছ খেলে শরীরে অসহ্য চুলকানি হয় নীতুর। আবার কিছু কিছু পারফিউম ও লোশন ব্যবহার করলে ত্বকে চুলকানি ও র‍্যাশ হয় সাব্বিরের। এই প্রতিটি সমস্যাই দেখা দেয় নানা ধরনের অ্যালার্জির কারণে।

অ্যালার্জির কারণ ও ধরন একেক রোগীর ক্ষেত্রে একেক রকম হয়ে থাকে। কারো খাবারে, কারো ধুলাবালুতে আবার কারো ঠান্ডায়। এছাড়া অনেকের পোষা প্রাণীর লোম, ফুলের রেণু, সাবান, পারফিউম, লোশন, সিনথেটিক কাপড় প্রভৃতির সংস্পর্শে গেলে দেখা দেয় অ্যালার্জির প্রতিক্রিয়া।

অ্যালার্জি আসলে কী? কেন হয়?

অ্যালার্জি বহু মানুষের কাছে এক অসহনীয় ব্যাধি। এর প্রতিক্রিয়া হিসেবে হাঁচি, সর্দি, চুলকানি, শ্বাসকষ্ট প্রভৃতি হতে পারে। কারো ক্ষেত্রে প্রতিক্রিয়া তীব্র না হলেও কারো কারো ক্ষেত্রে অ্যালার্জি জীবনকে দুর্বিষহ করে তুলতে পারে। অ্যালার্জির আসলে কোনো নির্দিষ্ট কারণ নেই। পৃথিবীর যেকোনো জিনিসই কারো না কারো অ্যালার্জির কারণ হতে পারে। মূলত আমাদের শরীরের ইমিউন সিস্টেম বা রোগ প্রতিরোধব্যবস্থা কোনো কারণে বাঁধাগ্রস্ত হলেই অ্যালার্জির বহিঃপ্রকাশ ঘটে।

সাধারণত আমাদের দেহের রোগ প্রতিরোধব্যবস্থা সবসময় দেহের জন্য ক্ষতিকর বস্তুকে প্রতিরোধের চেষ্টা করে। কখনো কখনো ক্ষতিকর নয় কিন্তু রোগ প্রতিরোধব্যবস্থা মনে করে এটি ক্ষতিকর—এমন বস্তু প্রবেশ করলেই সে বাঁধা দেওয়ার চেষ্টা করে। ফলে আমাদের শরীরে একধরনের প্রতিক্রিয়া দেখা দেয়। একে অ্যালার্জিক রিয়্যাকশন বলা হয়। অ্যালার্জি সৃষ্টিকারী উপাদানকে বলা হয় অ্যালার্জেন।

একেকজনের রোগ প্রতিরোধব্যবস্থা একেক রকম। তাই ব্যক্তিভেদে অ্যালার্জেন বা অ্যালার্জি সৃষ্টিকারী উপাদানও ভিন্ন হয়ে থাকে।

অ্যালার্জির উপসর্গ দেখা দিলে দ্রুত একজন বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের তত্ত্বাবধানে অ্যালার্জি পরীক্ষা করিয়ে নিন।

আমেরিকান একাডেমি অফ অ্যালার্জি'র তথ্যমতে, বিশ্বের প্রায় ১০-৩০ শতাংশ মানুষ অ্যালার্জিতে সংক্রমিত হচ্ছে।

অ্যালার্জির সাধারণ উপসর্গ

- কোনো খাবার খাওয়ার পর ত্বকে চুলকানি
- ত্বকের চামড়া লাল হয়ে ফুলে যাওয়া
- চোখ লাল হয়ে যাওয়া ও চুলকানি
- হাঁচি ও সর্দি
- মাথাব্যথা
- পেটে ব্যথা
- বমিভাব বা বমি
- ডায়রিয়া
- শ্বাসকষ্ট
- রক্তচাপ কমে যাওয়া
- অজ্ঞান হয়ে যাওয়া

নানা রকম অ্যালার্জি

ত্বকের উপরিভাগে অ্যালার্জির প্রকাশ ঘটলে তা বোঝা যায় এবং সহজেই চিকিৎসা করা যায়। কিন্তু শ্বাসনালি, খাদ্যনালি বা চোখের মতো স্পর্শকাতর স্থানে হলে সেটি জটিল পরিস্থিতির সৃষ্টি করতে পারে। কখনো কখনো এটি মৃত্যুর কারণও হয়ে উঠতে পারে।

নানা কারণে শরীরের নানা অংশে অ্যালার্জি দেখা দিতে পারে। তাই অ্যালার্জির ধরন জেনে সে অনুযায়ী চিকিৎসা নিতে হবে। ত্বকের অত্যন্ত পরিচিত ও সাধারণ অ্যালার্জিক রোগগুলো হচ্ছে—

কন্ট্যাক্ট ডার্মাটাইটিস : সাধারণত গরমে সৃষ্টি হওয়া ঘামের সোডিয়াম ক্লোরাইডের সঙ্গে রাসায়নিক বিক্রিয়ার কারণে এই অ্যালার্জি বেশি হতে দেখা যায়। তাছাড়া ধুলাবালু, হাতঘড়ির ব্যান্ড, নিকেলের গয়না, উল বা কৃত্রিম তন্তুর পোশাক, প্রাণীর লোম, ক্রিম, লোশন, সাবান, কাজল, নেইলপলিশ, সিগারেটের ছাই, কোনো বিশেষ ফুলের রেণু প্রভৃতির সংস্পর্শে এলে এই অ্যালার্জির প্রতিক্রিয়া দেখা দিতে পারে। এতে ত্বক লাল হয়ে যাওয়া, ত্বকে চুলকানি, জ্বলুনি ও আক্রান্ত অংশ ফুলে যাওয়ার মতো উপসর্গ দেখা দিতে পারে। ত্বকের সরাসরি সংস্পর্শে এই অ্যালার্জি হয় বলে একে কনট্যাক্ট ডার্মাটাইটিস বলা হয়। এই অ্যালার্জিতে অনেকসময় সঙ্গে সঙ্গে প্রতিক্রিয়া দেখা দেয় আবার কখনো এক থেকে তিন দিনের মধ্যে দেখা দেয়।

আর্টিকেরিয়া বা হাইভস : সাধারণত কোনো বিশেষ খাবার, ওষুধ বা পোকামাকড়ের কামড় থেকে এই অ্যালার্জি দেখা দেয়। আর্টিকেরিয়ায় ত্বকের ওপরের অংশে প্রদাহ হয়। ত্বকের আক্রান্ত অংশ ফুলে ওঠে এবং প্রচণ্ড চুলকানি হয়। কারো কারো ক্ষেত্রে কয়েক মাস এমনকি কয়েক বছর পর্যন্ত এই অ্যালার্জি থাকতে পারে। তখন এটিকে বলা হয় ক্রনিক আর্টিকেরিয়া অ্যালার্জি।

অ্যানজিওইডিমা : ত্বকের গভীরে প্রদাহ হলে তাকে বলা হয় অ্যানজিওইডিমা। অনেকসময় অ্যালার্জি আর্টিকেরিয়া হিসেবে শুরু হয়ে অ্যানজিওইডিমাতে রূপ নিতে পারে। কখনো কখনো এটি গুরুতর হতে পারে। রোগীর চোখ-মুখ ফুলে যেতে পারে, তীব্র শ্বাসকষ্ট হতে পারে।

চিকিৎসা

অ্যালার্জির ধরনভেদে প্রয়োজনীয় ওষুধ প্রয়োগ করে অ্যালার্জির ক্ষেত্রে উপশম পাওয়া সম্ভব। একেকজন মানুষের একেক জিনিসে অ্যালার্জিক প্রতিক্রিয়া দেখা দেয়। যাদের বংশে হাঁপানির সমস্যা আছে, তাদের অ্যালার্জির প্রবণতা অন্যদের চেয়ে তুলনামূলক বেশি। অ্যালার্জিক কনজাংটিইভাটিস হলে চোখে তীব্র চুলকানি ও চোখ লাল হয়ে যাওয়ার মতো উপসর্গ দেখা দেয়। আবার কোনো কিছুর পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হিসেবেও অ্যালার্জি দেখা দিতে পারে। এমনকি দুশ্চিন্তাতেও কারো কারো অ্যালার্জি হতে পারে। তাই ত্বকের ধরন বুঝে প্রসাধনী ব্যবহার করা এবং অ্যালার্জিক রিয়্যাকশন হয় এমন খাবার খাওয়া থেকে বিরত থাকা জরুরি।

ত্বকের উপরিভাগে দৃশ্যমান অ্যালার্জি ছাড়াও অনেক অ্যালার্জি আছে যা ত্বকের ভেতরে হয়। তাই অ্যালার্জির উপসর্গ দেখা দিলে দেরি না করে দ্রুত একজন বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের তত্ত্বাবধানে অ্যালার্জি পরীক্ষা করিয়ে নিতে হবে। অ্যালার্জি পরীক্ষার পর চিকিৎসকের পরামর্শমতো ওষুধ সেবন করতে হবে। এছাড়া যেসব খাবারে অ্যালার্জি বাড়তে পারে সেসব খাবার এড়িয়ে চলা, ধুলোবালিমুক্ত পরিবেশে অবস্থান করা এবং বাইরে গেলে অবশ্যই মাস্ক ব্যবহার করা জরুরি।

সারাবিশ্বে প্রায় ৫৫ কোটি মানুষ বিভিন্ন খাবারে সৃষ্ট অ্যালার্জিতে ভুগে থাকে।

ছত্রাকজনিত চর্মরোগ

ডা. লুবনা খন্দকার

এমবিবিএস, এফআরসিপি (যুক্তরাজ্য), এফসিপিএস (চর্ম ও যৌন)
এমসিপিএস (চর্ম ও যৌন), এমপিএইচ, ডিডিভি (বিএসএমএমইউ)
ফেলো-ডার্মাটোসার্জারি ও লেজার (থাইল্যান্ড)
চর্ম, অ্যালার্জি, যৌনরোগ, কসমেটিক ও লেজার বিশেষজ্ঞ
সহযোগী অধ্যাপক, চর্ম ও যৌনরোগ বিভাগ
বঙ্গবন্ধু শেখ মুজিব মেডিকেল বিশ্ববিদ্যালয়, ঢাকা
চেম্বার : ল্যাবএইড ডায়াগনস্টিক্স, মিরপুর-১

পেশায় চর্মরোগ বিশেষজ্ঞ চিকিৎসক রিমি রহমানের বাসায় সদ্য গৃহকর্মীর কাজ নিয়েছেন কাকলী। দেখেশুনে বেশ ভালো ও অভিজ্ঞ মনে হওয়ায় তাকে ঘরের কাজে নিয়োগ দেন রিমি। কিন্তু কয়েকদিন পর খেয়াল করেন কাকলীর পায়ের পাতায় ও আঙুলের ভাঁজে ভাঁজে সংক্রমণ রয়েছে। তিনি দেখেই বুঝতে পারেন, এটি একধরনের চর্মরোগ, যার নাম টিনিয়া পেডিস। এটি ছত্রাকজনিত ছোঁয়াচে একটি রোগ। ঘরে শিশুরা থাকায় রিমি বেশ চিন্তিত হয়ে পড়েন। তিনি কাকলীকে কিছু ওষুধ লিখে দেন এবং সুস্থ হলে আবার কাজে যোগ দিতে বলেন।

ছত্রাকজনিত চর্মরোগ কী?

সাধারণত দেহের নানা ভাঁজে ফাঙ্গাস বা ছত্রাক জন্মায়। মুখ, গলা, পায়ের আঙুল, মলদ্বার, কুঁচকি, পিঠ, বুক ও মাথার ত্বকে ছত্রাকজনিত সংক্রমণ বেশি হতে দেখা যায়। এক্ষেত্রে তীব্র চুলকানির পাশাপাশি কখনো কখনো দীর্ঘমেয়াদি ক্ষত তৈরি হয়ে যায়। এটি শিশু থেকে বৃদ্ধ যেকোনো বয়সী মানুষের শরীরের বিভিন্ন স্থানে হতে পারে। সাধারণত গ্রীষ্মকালে ও বর্ষাকালে ছত্রাকজনিত এসব রোগের প্রাদুর্ভাব বেড়ে যায়।

আমাদের দেশের আবহাওয়া, প্রয়োজনীয় পুষ্টি ও ভিটামিনের ঘাটতি, পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন না থাকা, অনিয়ন্ত্রিত খাদ্যাভ্যাস, সঠিক পোশাক ব্যবহার না করা, ওষুধের ডোজ সম্পন্ন না করা, চিকিৎসকের পরামর্শ ছাড়াই নানা ওষুধ সেবন করাসহ নানা কারণে ছত্রাকজনিত চর্মরোগ ও এর প্রদাহ বেড়ে চলেছে।

ছত্রাকজনিত চর্মরোগের নানা ধরন

ত্বকে যেকোনো ধরনের ছত্রাকের সংক্রমণকে বলা হয় টিনিয়া বা দাদ। দাদের রয়েছে নানা ধরন। শরীরের স্থানভেদে এর নাম, উপসর্গ ও চিকিৎসাপদ্ধতি ভিন্ন হয়ে থাকে। যেমন—পায়ের পাতায় সংক্রমণ হলে তাকে বলে টিনিয়া পেডিস বা অ্যাথলেট ফুট। পিঠ, বুক, পেট ও হাত-পায়ে সংক্রমণ হলে তাকে বলা হয় টিনিয়া কর্পোরিস বা রিংওয়ার্ম। ছত্রাকজনিত চর্মরোগের ক্ষেত্রে টিনিয়ার এই ধরনটি সবচেয়ে বেশি হতে দেখা যায়। এছাড়া কুঁচকির দাদকে বলা হয় টিনিয়া ক্রুরিস। নখের দাদকে বলা হয় টিনিয়া আঙ্গুয়াম। মাথার ত্বকে দাদ হলে বলা হয় টিনিয়া ক্যাপাইটিস।

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার তথ্যমতে, সারাবিশ্বে প্রায় চার ভাগের এক ভাগ মানুষ ছত্রাকজনিত চর্মরোগে সংক্রমিত হয়।

উপসর্গ

- দাদ হলে প্রচণ্ড চুলকানি হয়।
- চুলকালে কষ বের হয়।

- আক্রান্ত স্থানের চামড়ার ওপর গোলাকার/চাকার মতো ক্ষত তৈরি হয়।
- ধীরে ধীরে চাকার পরিধি বাড়তে থাকে।
- ক্ষতস্থানের চামড়া খুশকির মতো সাদা হয়ে যায়।
- আক্রান্ত অংশে পানি বা পুঁজভর্তি দানা দেখা দেয়।
- নখে হলে নখ ভঙ্গুর ও অস্বচ্ছ হয়ে যায়।
- কুঁচকি বা কোমরে হলে চামড়া সাদা ও পুরু হয়ে যায়।

যেসব কারণে সংক্রমণ হয়-

- ত্বক দীর্ঘসময় ভেজা অবস্থায় থাকলে
- বারবার একই মোজা ব্যবহার করলে
- আঁটসাঁট জুতা পরার কারণে পা ঘেমে থাকলে
- জুতা ছাড়া খালি পায়ে হাঁটলে
- আর্দ্র ও স্যাঁতস্যাঁতে স্থানে অবস্থান করলে
- ব্যবহৃত জামা-কাপড় পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন না রাখলে
- ঘামে ভেজা কাপড় না ধুয়ে পুনরায় ব্যবহার করলে
- সংক্রমিত ব্যক্তির তোয়ালে, বিছানা ও কাপড় ব্যবহার করলে
- ঘরে রোগাক্রান্ত বিড়াল বা অন্যান্য প্রাণী থাকলে

চিকিৎসা

ছত্রাকজনিত চর্মরোগ আমাদের সমাজে অত্যন্ত পরিচিত একটি সমস্যা। বিভিন্ন পরিসংখ্যানে দেখা যায়, প্রতিবছর আমাদের দেশে অন্তত ৮০-৯০ হাজার মানুষ ছত্রাকজনিত চর্মরোগে আক্রান্ত হয়ে থাকেন। চিকিৎসার মাধ্যমে খুব কম সময়ের মধ্যেই এই রোগ ভালো হয়ে যায়। তবে, কিছুদিন পরে আবার দেখা দেয়। এর অন্যতম কারণ, কিছুটা সুস্থ হলেই রোগীরা ওষুধ সেবন করা বন্ধ করে দেন। কখনো কখনো ওষুধের ডোজ সম্পন্ন করলেও এই রোগ ফিরে আসতে দেখা যায়।

কারণ ওষুধ সেবন করলেও রোগী আগের ব্যবহৃত কাপড়চোপড় ভালোভাবে পরিষ্কার না করে আবার ব্যবহার করেছেন। ফলে খুব সহজেই কাপড় থেকে ছত্রাক পুনরায় দেহে প্রবেশ করে। ছত্রাক সংক্রমণ মারাত্মক কিছু নয় তবে কখনো কখনো এর নিরাময় কঠিন হয়ে উঠতে পারে। রোগীর ডায়াবেটিস থাকলে বা রোগ প্রতিরোধক্ষমতা কম হলে দ্রুত চিকিৎসা নেওয়া জরুরি। দেরি হলে পরিস্থিতি জটিল হতে পারে।

প্রতিরোধ ও সচেতনতা

- ছত্রাকজনিত এই চর্মরোগ অত্যন্ত ছোঁয়াচে। তাই দ্রুত এর চিকিৎসা নিতে হবে।
- দৈনন্দিন জীবনে পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা ও স্বাস্থ্যবিধি মেনে চলতে হবে।
- সংক্রমিত স্থান বারবার ধুয়ে পরিষ্কার ও শুকনো রাখতে হবে।
- অন্যের জিনিস ব্যবহার করা থেকে বিরত থাকতে হবে।
- আক্রান্ত স্থান স্পর্শ করলে সাবান ও পানি দিয়ে হাত ধুয়ে নিতে হবে।
- খালি পায়ে হাঁটা থেকে বিরত থাকতে হবে।
- ঘেমে গেলে দ্রুত পোশাক পরিবর্তন করতে হবে।
- প্রতিদিন গোসল করতে হবে।
- রাস্তার নোংরা পানি গায়ে বা পায়ে লাগলে দ্রুত ধুয়ে ফেলতে হবে।
- ত্বকের ভাঁজগুলো সবসময় শুকনো রাখার চেষ্টা করতে হবে।
- সহজে বাতাস চলাচল করতে পারে এমন জুতা পরতে হবে।

বাংলাদেশে প্রতিবছর প্রায় ৮০ থেকে ৯০ হাজার মানুষ ছত্রাকজনিত চর্মরোগে সংক্রমিত হয়।

Montilab

Montelukast USP

- 4 mg Chewable Tablet
- 5 mg Chewable Tablet &
- 10 mg Tablet

A Preparation of DMF Grade Montelukast

Live better with better Health

- Drug of choice in Asthma and Allergic Rhinitis
- Can be given from 6 months of age
- US FDA pregnancy category B
- Once daily dosing

Labaid Pharma Quality First...

Scan here to find our page instantly :
"Like" us on facebook
fb.com/labaidpharmaceuticals

LABAID PHARMACEUTICALS LIMITED
Bay Tower (Level 2), House: 23, Gulshan 1, Dhaka-1212
Phone : 88 02 9899910, Fax : 88 02 9615497
info@labaidpharma.com, www.labaidpharma.com

বাড়ছে ত্বকের ক্যানসারের ঝুঁকি, চাই সচেতনতা

ডা. মোঃ আব্দুল মান্নান
এমবিবিএস, এমডি (ক্লিনিক্যাল অনকোলজি)
মেডিকেল ও রেডিয়েশন অনকোলজিস্ট
জুনিয়র কনসালট্যান্ট
ল্যাবএইড ক্যানসার হসপিটাল অ্যান্ড সুপার স্পেশালিটি সেন্টার
গ্রীন রোড, ধানমন্ডি, ঢাকা।

ত্বকের ক্যানসার হচ্ছে ত্বক থেকে উদ্ভূত ক্যানসার। এটা ঘটে অস্বাভাবিক কোষ বিকাশের কারণে, যা শরীরের অন্যান্য অংশে আক্রমণ করা বা ছড়িয়ে দেওয়ার ক্ষমতা রাখে। ২০২০ সালে প্রকাশিত বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার সর্বশেষ তথ্য অনুযায়ী, বাংলাদেশে স্কিন ক্যানসারে মৃত্যুর সংখ্যা ৮৫৩ জন যা মোট মৃত্যুর ০.১২%-এ পৌঁছেছে। প্রধানত তিন ধরনের ত্বকের ক্যানসার রয়েছে : বেসাল-সেল স্কিন ক্যানসার (বিসিসি), স্কোয়ামাস-সেল স্কিন ক্যানসার (এসসিসি) এবং মেলানোমা। প্রথম দুটি সাধারণ ত্বকের ক্যানসার। এই দুটি ক্যানসার ননমেলেনোমা স্কিন ক্যানসার (এনএমএসসি) নামে পরিচিত। বেসাল-সেল ক্যানসার ধীরে ধীরে বৃদ্ধি পায় এবং এটি তার চারপাশের টিস্যুর ক্ষতি করতে পারে। তবে দূরবর্তী অঞ্চলে ছড়িয়ে যাওয়া বা মৃত্যুর ফলস্বরূপ হওয়ার সম্ভাবনা কম। স্কোয়ামাস-সেল স্কিন ক্যানসার ছড়িয়ে যাওয়ার সম্ভাবনা বেশি থাকে। সাধারণত এটির মাথায় আঁশযুক্ত একটি শক্ত দলা দেখা যায়। তবে এটি আলসারও তৈরি করতে পারে। মেলানোমাস সবচেয়ে আক্রমণাত্মক। এর লক্ষণের মধ্যে অন্তর্ভুক্ত একটি হলো তিল, যা আকার, আকৃতি ও রঙে পরিবর্তিত হয়। চুলকানি বা রক্তপাত হয়।

অনেক কারণে ত্বকের ক্যানসার হতে পারে—

১. সূর্যের অতিরিক্ত এক্সপোজার ত্বকের কোষের ক্ষতি করতে পারে।

২. শরীরে প্রচুর পরিমাণে ক্ষত থাকার কারণে ত্বকের ক্যানসারের ঝুঁকি বেড়ে যায়।

৩. কয়লা এবং টারের মতো রাসায়নিকের সংস্পর্শে ত্বকের ক্যানসার হতে পারে।

৪. জেনেটিক ফ্যাক্টর থাকলে ত্বকের ক্যানসার হওয়ার সম্ভাবনা বেড়ে যায়।

২০২০ সালে প্রকাশিত বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার সর্বশেষ তথ্য অনুযায়ী, বাংলাদেশে স্কিন ক্যানসারে মৃত্যুর সংখ্যা ৮৫৩ জন।

ত্বকের ক্যানসারের ঝুঁকি বাড়ে যেসব কারণে

ফর্সা ত্বক, সূর্যের অতিরিক্ত এক্সপোজার, রোদে পোড়ার ইতিহাস, মোলের উপস্থিতি, রোদ জলবায়ু, ত্বকের ক্যানসারের পারিবারিক ইতিহাস, দুর্বল রোগ প্রতিরোধক্ষমতা, বিকিরণের সংস্পর্শ, ক্ষতের উপস্থিতি, ত্বকের ক্ষতিকারক কয়লা, টার এবং আর্সেনিকের মতো রাসায়নিকের সংস্পর্শ।

লক্ষণ

বেসাল সেল কার্সিনোমা :

- ত্বকে উত্থিত, মসৃণ, মুক্তা এবং স্বচ্ছ বাধা।
- গলদ বা ক্ষতস্থানে ছোট রক্তনালির উপস্থিতি।

স্কোয়ামাস সেল কার্সিনোমা :

- অনিয়মিত সীমানাসহ লাল দাগযুক্ত ক্ষত।
- এই প্যাচগুলিতে আলসারেশন এবং রক্তপাত।

মেলানোমা :

- তিলগুলো অসম এবং অনিয়মিত।
- তিলের রং বা ব্যাসের পরিবর্তন হতে পারে।
- লালভাব, চুলকানি, আলসারেশন, রক্তপাত।
- বিভিন্ন রঙের দাগ বা তিলের বৃদ্ধি হতে পারে।
- বাদামি থেকে কালো পর্যন্ত পরিবর্তিত হতে পারে।

ত্বকের ক্যানসারের চিকিৎসার পদ্ধতি

১. এক্সকিশনাল সার্জারি : এই চিকিৎসার জন্য আশপাশের স্বাস্থ্যকর ত্বকের এক প্রান্ত দিয়ে ক্যানসারজনিত ক্ষয় (কাটা) প্রয়োজন।

২. রেডিওথেরাপি : থেরাপিতে ক্যানসারজনিত কোষ মারার জন্য এক্স-রে, ইলেকট্রন রশ্মির ব্যবহার করা হয়।

৩. কেমোথেরাপি : এই থেরাপিতে ক্যানসারযুক্ত কোষগুলো মারার জন্য ওষুধ ব্যবহার করা হয়। চিকিৎসক ত্বকের উপরের স্তরের ক্যানসারের ক্ষেত্রে ত্বকে প্রয়োগ করার জন্য অ্যান্টি ক্যানসার এজেন্টের সঙ্গে ক্রিম বা লোশন দিতে পারেন।

৪. ইমিউনিথেরাপি : এই থেরাপির জন্য ক্যানসার কোষ পুরোপুরি মেরে ফেলার জন্য শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা ব্যবহার করা প্রয়োজন।

প্রতিকার

১. আপনার ত্বক ঢেকে রাখুন। সবসময় বড় হাতার পোশাক, প্যান্ট এবং এমন পোশাক পরিধান করুন যা আপনাকে সূর্যের ক্ষতিকর প্রভাব থেকে রক্ষা করবে। দুপুরের চড়া রোদ যথাসম্ভব এড়িয়ে চলুন। এক্ষেত্রে সকাল ১০টা থেকে বিকেল ৪টা পর্যন্ত সময়কে চিহ্নিত করেছেন বিশেষজ্ঞরা। একান্তই যদি বের হতে হয়, সেক্ষেত্রে ছায়ায় থাকার চেষ্টা করুন, সানস্ক্রিন ব্যবহার করুন এবং সম্পূর্ণ শরীর ঢেকে রাখুন।

২. গ্রীষ্মকালে সূর্যের অতিবেগুনি রশ্মির ক্ষতি থেকে আপনার চোখ রক্ষা করার জন্য সবসময় সানগ্লাস ব্যবহার করুন। শরীরের কোনো অংশ যদি ঢাকা না পড়ে, সেখানে ভালো করে সানস্ক্রিন লাগান। বারবার বের হতে হলে দু'ঘণ্টা অন্তর অন্তর সানস্ক্রিন ব্যবহার করুন। সাঁতার কাটলে বা খুব ঘাম হলেও, মুখ ধুয়ে, ফের সানস্ক্রিন লাগান।

৩. কৃত্রিম উপায়ে ট্যান করান অনেকে। ওই ট্যানিং বেড থেকে প্রচুর পরিমাণ অতিবেগুনি রশ্মি বের হয়, যা ক্ষতি করে ত্বকের। এর ফলে ত্বকের ক্যানসারের ঝুঁকি বাড়ে। তাই বিষয়টি এড়িয়ে চলাই ভালো।

৪. সিএফএল বাল্ব সবসময় হাতের কাছ থেকে বেশ দূরে রাখুন। এমনকি এক ফুট পরিমাণ কাছাকাছি কোনো বাল্বের নিচে বসা উচিত নয়।

৫. কাঁচের ল্যাম্পশেড ব্যবহার করুন, যা কাপড় বা প্লাস্টিকের চেয়েও অনেক বেশি রেডিয়েশন ফিল্টার করতে পারে।

৬. ভিটামিন-এ যুক্ত পণ্য সাবধানতার সাথে ব্যবহার করুন এবং কেনার আগে অবশ্যই লেবেলে লেখা দিক-নির্দেশনা ভালোভাবে পড়ে দেখুন। অবশ্যই ভিটামিন-এ গ্রহণ করার আগে চিকিৎসকের সঙ্গে কথা বলুন। কারণ অত্যধিক পরিমাণ ভিটামিন-এ শরীরের জন্য বিষাক্ত হতে পারে।

৭. ত্বকের ওপর হঠাৎ কালো বা বাদামি ছোপ দেখলে, বিষয়টিকে অবহেলা করবেন না। হঠাৎ যদি দেখেন আঁচিলের মতো কিছু একটা গজিয়ে উঠছে, বা গুটি গুটি কিছু দাগ তৈরি হয়েছে, অবশ্যই চিকিৎসক দেখান।

৮. প্রচণ্ড গরমে জুতো খুলে মেঝেতে পা রাখলেও অনেক সময় ছ্যাঁকা লাগে। তাই বিশেষজ্ঞরা বলেন যে, কংক্রিটের মেঝে তো বটেই, বালি, জল এমনকি বরফেও সূর্যের আলো প্রতিফলিত হয়। খালি পা রাখলে তা থেকে হতে পারে সানবার্ন। তাই সতর্ক থাকতে হবে।

৯. যথেষ্ট পরিমাণ পানি পান করুন। ত্বকে পানির জোগান পর্যাপ্ত থাকলে, যেকোনো ক্ষতি থেকে সামলে ওঠা যায়।

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার সর্বশেষ তথ্য অনুযায়ী, বাংলাদেশে স্কিন ক্যানসারে মৃত্যুর সংখ্যা মোট মৃত্যুর ০.১২%-এ পৌঁছেছে।

খোসপাঁচড়ার চিকিৎসা ও সচেতনতা

অধ্যাপক ডা. মীর নজরুল ইসলাম

এমবিবিএস, ডিডিএস (ওয়েল্‌স), এমএসসি (লন্ডন)
এফআরসিপি (গ্লাসগো), এফআরসিপি (এডিন)
অধ্যাপক, চর্ম ও যৌন রোগ বিভাগ
বারডেম ও ইব্রাহিম মেডিকেল কলেজ, শাহবাগ, ঢাকা
চেম্বার : ল্যাবএইড ডায়াগনস্টিক্‌স
ধানমন্ডি, ঢাকা

বাড়ি থেকে বেশ দূরে একটি বোর্ডিং স্কুলে পড়াশোনা করে হৃদয়। ডিসেম্বরে বার্ষিক পরীক্ষার পর লম্বা ছুটিতে বাড়িতে এসেছে সে। বাড়িতে এসে জামাকাপড় পাল্টানোর সময় তার মা খেয়াল করেন, ছেলের পিঠ ও বাহুর নিচের কিছু অংশে লাল লাল ক্ষত হয়ে গিয়েছে। হৃদয়কে জিজ্ঞাসা করলে সে জানায়, চুলকাতে চুলকাতে ত্বকের সেসব অংশ ছিলে গেছে। গরমের সময় চুলকানি কিছুটা কম ছিল। কিন্তু শীত বাড়ার সঙ্গে সঙ্গে এটি বেড়ে চলেছে।

হৃদয়ের মা গরম পানি ও জীবাণুনাশক দিয়ে ছেলেকে গোসল করতে বলে জামাকাপড়গুলো পরিষ্কার করার জন্য নিয়ে যান। হৃদয়ের ব্যবহৃত কাপড় অন্যান্য কাপড়ের সঙ্গে ওয়াশিং মেশিনে দিয়ে দেন। দুয়েকদিনের মধ্যেই পরিবারের অন্যদের মধ্যেও চুলকানি সংক্রমিত হয়। অবস্থা বেগতিক দেখে সবাই একসঙ্গে চিকিৎসকের কাছে যান। চিকিৎসক জানান, তাদের স্ক্যাবিস বা খোসপাঁচড়া হয়েছে।

স্ক্যাবিস কী?

অত্যন্ত বিব্রতকর ও বিরক্তিকর এক সমস্যার নাম স্ক্যাবিস। প্রচলিত বাংলায় একে বলা হয় খুজলি বা খোসপাঁচড়া। স্ক্যাবিস একধরনের সংক্রামক রোগ। ব্যাকটেরিয়া বা ভাইরাস নয়, বরং এটি সংক্রমিত হয় সারকপটিস স্ক্যারিবাই নামক একধরনের মাইটের মাধ্যমে। এটি ত্বকের মধ্যে বাসা বাঁধে এবং ডিম পাড়ে। শিশুদের ক্ষেত্রে মাথা ও মুখে স্ক্যাবিস হতে দেখা যায়। বড়োদের হাত, কনুই, বগল, স্তন, পশ্চাৎদ্দেশ, লজ্জাস্থান ও আঙুলের ফাঁকে এটি বেশি হয়। তবে শরীরের যেকোনো স্থানেই স্ক্যাবিস হতে পারে। এর সঙ্গে শীতের বা বাতাসের আর্দ্রতার সরাসরি কোনো সম্পর্কের প্রমাণ পাওয়া যায়নি। তবে দেখা গেছে, শীত এলেই এ সমস্যা ব্যাপক আকারে বেড়ে যায়।

অন্যের ব্যবহৃত জামাকাপড়, তোয়ালে, চিরুনি, ব্রাশ, রুমাল ইত্যাদি ব্যবহার করবেন না।

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার তথ্যমতে, সারাবিশ্বে প্রতিবছর প্রায় ৪০ কোটি মানুষ খোসপাঁচড়ায় আক্রান্ত হয়।

স্ক্যাবিসের লক্ষণ ও সংক্রমণপ্রক্রিয়া

- স্ক্যাবিস বা খোসপাঁচড়া হলে প্রথমে ত্বকে রসযুক্ত ও পরে পুঁজযুক্ত বড়ো বড়ো ফুসকুড়ি হয়।
- ফুসকুড়িতে তীব্র চুলকানি হয় এবং চুলকাতে চুলকাতে ত্বকের ওপর ফোস্কা পড়ে যায়।
- নবজাতক ও শিশুদের ক্ষেত্রে ঘাড়, মাথার তালু, মুখ, হাতের তালু ও পায়ের পাতার নিচের অংশে বেশি হয়।
- যাদের আগে স্ক্যাবিস হয়েছে তাদের ক্ষেত্রে পুনরায় এটি হলে দ্রুত লক্ষণ প্রকাশ পায়।
- যাদের আগে স্ক্যাবিস হয়নি তাদের লক্ষণ দেখা দিতে কয়েক সপ্তাহ সময় লাগতে পারে।
- সারাদিন অল্প চুলকালেও রাত হলে এর তীব্রতা অনেক বেড়ে যায়।
- অত্যন্ত ছোঁয়াচে এই রোগ দ্রুত সংক্রমিত হয় এবং সহজে সারে না।

যেভাবে সংক্রমিত হয়

- আক্রান্ত ব্যক্তির ব্যবহৃত কাপড়চোপড় বা তোয়ালে ব্যবহার করলে।
- আক্রান্ত ব্যক্তির সঙ্গে একই বিছানায় ঘুমালে।
- একই স্থানে বেশি মানুষ একসঙ্গে গাদাগাদি করে বসবাস করলে।
- আক্রান্ত ব্যক্তির সঙ্গে যেকোনো ঘনিষ্ঠ সাহচর্য এমনকি হাত মেলালেও সংক্রমণ হতে পারে।
- যৌনমিলনের মাধ্যমেও এটি ছড়িয়ে থাকে।

রোগনির্ণয় ও চিকিৎসা

শুধুমাত্র রোগীর সচেতনতার অভাবে এর চিকিৎসা পেতে দেরি হয়। ফলে রোগ সারতেও অনেকটা সময় লেগে যায়। অনেকেই খোসপাঁচড়া হলে প্রথমে নানা ধরনের জীবাণুনাশক ব্যবহার করে শরীর পরিষ্কার করার চেষ্টা করেন। এরপর নিজেরাই নানা ধরনের ওষুধ বা মলম কিনে আক্রান্ত স্থানে ব্যবহার করেন। এতে রোগ সারে না বরং ধীরে ধীরে পরিবারের সবার মধ্যেই এই রোগ ছড়িয়ে পড়ে। সেক্ষেত্রে একজন একজন করে নয়, একই সময়ে পরিবারের সবাইকে একসঙ্গে চিকিৎসা করাতে হবে।

স্ক্যাবিস নির্ণয় করতে প্রথমে রোগীর শারীরিক লক্ষণ পর্যবেক্ষণ করে আক্রান্ত ত্বক থেকে নমুনা সংগ্রহ করা হয়। এরপর ত্বকের সেই নমুনা মাইক্রোস্কোপের নিচে

পরীক্ষা করে কীট ও এর ডিম শনাক্ত করে রোগ নির্ণয় করা হয়। রোগ নির্ণয়ের পর রোগের ধরন অনুযায়ী চিকিৎসক ব্যবস্থা নিয়ে থাকেন। তবে চিকিৎসা সফল হওয়ার পরেও এক থেকে চার সপ্তাহ পর্যন্ত চুলকানি হতে পারে।

স্ক্যাবিস এড়াতে সচেতনতা

স্ক্যাবিস বা খোসপাঁচড়া একধরনের সংক্রামক বা ছোঁয়াচে রোগ। তাই আক্রান্ত ব্যক্তির সংস্পর্শ এড়িয়ে চলা সবচেয়ে বেশি জরুরি। এছাড়া ব্যক্তিগত পরিচ্ছন্নতা ও সাধারণ কিছু স্বাস্থ্যবিধি মেনে চললে এই রোগ এড়িয়ে চলা সম্ভব। সেক্ষেত্রে যেসব নিয়মকানুন মেনে চলা জরুরি—

- অন্যের ব্যবহৃত জামাকাপড়, তোয়ালে, চিরুনি, ব্রাশ, রুমাল ইত্যাদি ব্যবহার করবেন না।
- পরিবারের প্রত্যেক সদস্যের তোয়ালে, জামাকাপড়, বিছানার চাদর, বালিশ আলাদা রাখুন।
- দৈনন্দিন ব্যবহার্য জিনিস ভালোভাবে পরিষ্কার করে কড়া রোদে শুকাবেন।
- আক্রান্ত ত্বকে সাবান বা জীবাণুনাশক ব্যবহার করবেন না। এতে চুলকানি বাড়বে।
- চিকিৎসকের পরামর্শমতো ক্রিম বা লোশন ব্যবহার করুন।
- নিজে নিজে কোনো ওষুধ সেবন বা লোশন ব্যবহার করবেন না।
- আক্রান্ত ব্যক্তির সাহচর্যে এসেছেন এমন সবাই একই সময়ে একসঙ্গে চিকিৎসা নিন।
- কিছুদিন পরপর সম্ভব হলে বিছানার তোষক-গদি কড়া রোদে দিন।
- আক্রান্ত স্থানে ঘা হয়ে ব্যাকটেরিয়ার সংক্রমণ হলে চিকিৎসকের পরামর্শে ওষুধ সেবন করুন।

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার তথ্যমতে, দরিদ্র, জনবহুল এলাকার ৫ থেকে ৫০ শতাংশ শিশু খোসপাঁচড়ায় আক্রান্ত হয়।

LABAID
CANCER HOSPITAL
AND SUPER SPECIALITY CENTRE
Winning Cancer

A DREAM INTO REALITY

1st Comprehensive Multidisciplinary Cancer Care Hospital with World-class Treatment Facilities

Introducing

SIEMENS BIOGRAPH HORIZON

PET-CT Scan

A revolutionary innovation to identify changes at the cellular level..

We are Offering

- World Class Technology
- Best technical persons behind the machine
- Renowned reporting consultants of the country
- Best treatment environment & service experience

Salient features of PET-CT Scan

- Provide an early diagnosis of most types of cancer
- Assess the treatment response (Chemotherapy & Radiation therapy)
- Assess the tumor(s) response to therapy
- Scan time faster
- Low radiation consumption

26 Green Road, Dhanmondi
Dhaka-1205, Bangladesh

10664

017 6666 2222

মাথার ত্বকের নানা রোগ

ডা. ইসরাত জাহান
এমবিবিএস, (সিএমসি), ডিসিডি, এমএসসি (যুক্তরাজ্য)
ডার্মাটোলজিস্ট এস্থেটিক্স অ্যান্ড লেজার স্পেশালিস্ট
চেম্বার : ল্যাবএইড ডায়াগনস্টিক্স
গুলশান-২

একটি কর্পোরেট অফিসে নয়টা-পাঁচটা চাকরি করেন চল্লিশোর্ধ্ব সামিয়া। সংসার, সন্তান, অফিস সবকিছু সামলে নিজের যত্নের জন্য সময় বের করতে পারেন না তিনি। আগে একরাশ কোঁকড়া চুল ছিল তার। ধীরে ধীরে চুল পড়ে পাতলা হয়ে গেছে। খুশকির সমস্যা আগে থেকেই ছিল। ইদানীং সেটি তীব্র আকার ধারণ করেছে। মাথার ত্বকের কিছু অংশ লাল হয়ে গেছে। মাথার ত্বক খুশকির সঙ্গে টুকরা হয়ে উঠে আসছে। ফলে কিছু অংশে ক্ষত তৈরি হয়েছে। এই পরিস্থিতিতে তিনি দ্রুত একজন বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের কাছে পরামর্শের জন্য যান। চিকিৎসক জানান, তার এই সমস্যাটির নাম সেবোরিক ডার্মাটাইটিস (Seborrheic Dermatitis)। এটি একধরনের চর্মরোগ, যা মূলত ত্বকের বিভিন্ন অংশে দেখা দিয়ে থাকে।

মাথার ত্বকের যত রোগ

মাথার ত্বকের সুস্থতার ওপর চুলের স্বাস্থ্য নির্ভর করে। তাই মাথার ত্বকে কোনো রোগ বা সংক্রমণ হলে চুলের স্বাভাবিক বৃদ্ধি ব্যাহত হয়। চুল পড়ার হার বেড়ে যায়। অনেকসময় ছত্রাক ও ব্যাকটেরিয়ার কারণে মাথার ত্বকে সংক্রমণ দেখা দেয়। এছাড়া দেখা দেয় নানা ধরনের চর্মরোগ। মাথার ত্বকে যে রোগগুলো বেশি হতে দেখা যায় তা নিম্নরূপ—

মাথার ত্বকে ছত্রাক সংক্রমণ : গরমে মাথার ত্বক ঘেমে ও ধুলাবালু জমে ছত্রাকের সংক্রমণ দেখা দেয়। এর ফলে স্ক্যাল্প বা মাথার ত্বকে চুলকানি, ফুসকুড়ি, ব্যথা, জ্বলুনি হতে পারে। অনেকসময় চুলকাতে চুলকাতে ঘা কিংবা অ্যাকজিমাও হতে পারে। সাধারণত তিন থেকে চার ধরনের ছত্রাকের সংক্রমণে এমনটা হতে দেখা যায়।

মাথার ত্বকে সংক্রমণ এড়াতে নিয়মিত গোসল করা ও পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন থাকা জরুরি। অনেকসময় সাধারণ সাবান বা শ্যাম্পুসহ নিয়মিত গোসলেই এটি সেরে যায়। কিন্তু কিছু ক্ষেত্রে জটিল আকার ধারণ করতে পারে। সে ক্ষেত্রে বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের পরামর্শমতো অ্যান্টিফাঙ্গাল ক্রিম বা শ্যাম্পু ব্যবহারের মাধ্যমে এই রোগ থেকে মুক্তি পাওয়া যায়।

যুক্তরাষ্ট্রের জাতীয় স্বাস্থ্য ইন্সটিটিউটের তথ্যমতে, প্রতি ১০০ জনে তিন থেকে দশজন মানুষ সেবোরিক ডার্মাটাইটিসে আক্রান্ত হন।

খুশকি : মাথার ত্বকে সিবাম নামক একধরনের তেল নিঃসৃত হয়, যা চুলকে মসৃণ ও সুন্দর রাখে। অন্যদিকে মাথার ত্বকের গোড়ায় বসবাস করে মেলাসিজিয়া নামক একধরনের ছত্রাক। মেলাসিজিয়া এই সিবামের কিছু অংশ খেয়ে বেঁচে থাকে। তেলের যে অংশ মেলাসিজিয়া খায় না, তা জমাট বেঁধে মাথার ত্বক ভেদ করে ভেতরে ঢুকতে চায়। ফলে মাথার ক্ষতিগ্রস্ত ত্বকের নিচে নতুন ত্বক তৈরি হয় এবং ক্ষতিগ্রস্ত ত্বক খসে যায়।

এটিই ড্যানড্রাফ বা খুশকি নামে পরিচিত। যাদের মাথার ত্বক তৈলাক্ত তাদের খুশকি বেশি হয়। চিকিৎসকের পরামর্শ অনুযায়ী কিটোকোনাজল শ্যাম্পু ও অন্যান্য চিকিৎসার মাধ্যমে খুশকিমুক্ত থাকা যায়।

সেবোরিক ডার্মাটাইটিস : এটি খুশকির একধরনের জটিল রূপ। খুশকি আরও তীব্র আকার ধারণ করলে, মাথার ত্বক লাল ও ক্ষতের মতো হয়ে গেলে, ত্বক টুকরার মতো উঠে এলে, তাকে সেবোরিক ডার্মাটাইটিস বলে। মাথার ত্বক অতিরিক্ত তৈলাক্ত হলে এই সমস্যা বেশি হয়। শুধু মাথার ত্বক নয় ভ্রু বা মুখের ত্বকেও সেবোরিক ডার্মাটাইটিস হতে পারে।

রিং ওয়ার্ম : এটি একধরনের ছত্রাকজনিত সংক্রামক চর্মরোগ। এতে মাথার ত্বকের কিছু অংশ থেকে গোল হয়ে ছোপ ধরে কিছু চুল উঠে আসে। শিশুদের মাথার ত্বকে ছত্রাকের সংক্রমণের কারণে এটি বেশি হতে দেখা যায়। যেহেতু এটি সংক্রামক তাই আক্রান্ত ব্যক্তির তোয়ালে, টুপি, হ্যাট ইত্যাদি ব্যবহার করলে অন্যরাও আক্রান্ত হতে পারেন। এ সমস্যা দূর করতে ছত্রাকরোধী মলম ও ওষুধ ব্যবহার করা প্রয়োজন হয়।

ফলিকুলাইটিস : আমাদের চুলের ফলিকল থাকে মাথার ত্বকে। সেখান থেকেই চুল গজায় এবং নির্দিষ্ট সময় পর্যন্ত বাড়ে। চুলের গোড়ায় বা ফলিকলে ব্যাকটেরিয়ার সংক্রমণ হলে তাকে ফলিকুলাইটিস বলে। এতে মাথার ত্বকের বিভিন্ন জায়গায় পুঁজভর্তি ছোটো দানা হয়। শেভ বা ওয়াক্স করার কারণেও এমনটা হতে পারে। এর চিকিৎসায় অ্যান্টিবায়োটিক ব্যবহারের প্রয়োজন হয়।

সোরিয়াসিস : সোরিয়াসিস অত্যন্ত জটিল একটি রোগ। অনেকেই এটিকে খুশকি মনে করেন। কিন্তু খুশকি আর সোরিয়াসিস দুটো আলাদা রোগ। এই রোগে মাথার চামড়া মোটা হয়ে যায়। শুরুতেই স্যালিসাইলিক অ্যাসিডযুক্ত শ্যাম্পু ব্যবহার করলে উপকার পাওয়া যায়। তবে এটি পুরোপুরি নিয়ন্ত্রণে আনতে চিকিৎসকের পরামর্শ জরুরি।

শুষ্ক চুল ও ডগা ফাটার সমস্যা : ভিটামিন-এ, প্রোটিন, আয়রন, ওমেগা ৩ ফ্যাটি অ্যাসিড, জিংক আমাদের মাথার ত্বক ও চুলের জন্য অত্যন্ত জরুরি। শরীরে এই পুষ্টি উপাদানগুলোর যেকোনো একটির অভাব দেখা দিলেই চুল শুষ্ক হয়ে যেতে পারে এবং চুলের ডগা ফাটার সমস্যা দেখা দিতে পারে।

মাথার ত্বক সুস্থ রাখতে জরুরি নিয়ম-কানুন

মাথার ত্বক সুস্থ রাখতে যেসব বিষয় মাথায় রাখবেন—

- মাথার ত্বকের ধরন বুঝে তেল, শ্যাম্পু, কন্ডিশনার ও অন্যান্য প্রসাধনী ব্যবহার করতে হবে।
- পরিবেশ দূষণজনিত মাথার ত্বকের সমস্যা এড়াতে চুল খোলা রেখে বাইরে বের হবেন না। স্কার্ফ বা ক্যাপ ব্যবহার করুন।
- মাথার ত্বক তৈলাক্ত হলে রোজকার ব্যবহারে এমন শ্যাম্পু বেছে নিতে হবে যা মাথার ত্বক গভীরভাবে পরিষ্কার করে।
- স্বাভাবিক ও শুষ্ক মাথার ত্বকের জন্য প্রযোজ্য হিসেবে চিহ্নিত প্রসাধনী ব্যবহার করুন। শ্যাম্পু ব্যবহার করুন তিন-চার দিন অন্তর।
- চুলে অ্যামোনিয়াযুক্ত কোনো রং বা প্রসাধনী ব্যবহার করবেন না।
- বিশেষজ্ঞ ছাড়া অন্য কারো পরামর্শে চুলে হেয়ারপ্যাক বা তেল ব্যবহার করবেন না।
- মাথার ত্বকের যেকোনো সমস্যায় অবহেলা করবেন না।
- প্রচুর পরিমাণে শাকসবজি ও ফলমূল খান।
- নিয়মিত দুধ বা দুধজাতীয় খাবার খান।
- দুশ্চিন্তামুক্ত থাকার চেষ্টা করুন এবং পর্যাপ্ত ঘুম নিশ্চিন্ত করুন।
- পর্যাপ্ত পানি পান করুন।

ল্যাবএইড লেজার অ্যান্ড এস্থেটিক লাউঞ্জে পিআরপি ও এফইউএ পদ্ধতিতে চুল প্রতিস্থাপনসেবা দেওয়া হয়।

সিফিলিসে অবহেলা নয়

ডা. মোঃ আজিজুল হক

এমবিবিএস (ঢাকা), ডি, ডি (থাইল্যান্ড-জাপান)
চর্ম, যৌন (সেক্স) ও অ্যালার্জি রোগ বিশেষজ্ঞ
কনসালট্যান্ট, চর্ম ও যৌন রোগ বিভাগ
শহীদ সোহ্‌রাওয়ার্দী মেডিকেল কলেজ ও হাসপাতাল, ঢাকা
চেম্বার : ল্যাবএইড ডায়াগনস্টিক্স
ধানমন্ডি, ঢাকা

যৌনবাহিত রোগ সিফিলিস মোটামুটি নিয়ন্ত্রণে চলে এসেছে—গত দুই দশক ধরে এমনটাই ভাবা হচ্ছিল। কিন্তু এখন এই চিত্র বদলে গেছে। সম্প্রতি এর প্রাদুর্ভাব আশঙ্কাজনকভাবে বৃদ্ধি পেয়েছে। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার তথ্য অনুযায়ী, ২০২০ সালে বিশ্বজুড়ে প্রায় ৭১ লক্ষ মানুষ সিফিলিসে আক্রান্ত হয়েছেন। আক্রান্তদের বয়স ১৫—৪৯ বছর। ব্যাপারটা উদ্বেগের। আরো চিন্তার বিষয় হচ্ছে, এই রোগ নিয়ে সাধারণ মানুষের ভেতর খুব একটা সচেতনতা নেই। বিশেষত বাংলাদেশের সামাজিক প্রেক্ষাপটে তো যেকোনো যৌনবাহিত রোগ নিয়ে কথা বলাই একধরনের ট্যাবু। অথচ রোগটি নিরাময়যোগ্য। কিন্তু তার জন্য চাই যথাসময়ে যথাযথ চিকিৎসা। তা না হলে এটি প্রাণঘাতী হয়ে উঠতে পারে। প্রভাব পড়তে পারে পরবর্তী প্রজন্মেও।

সংক্রমণের পর এই ব্যাকটেরিয়া কোনোরূপ উপসর্গ ছাড়াই বহুদিন শরীরে অবস্থান করতে পারে।

সিফিলিস কী

পৃথিবীর প্রাচীনতম ও প্রধানতম যৌনরোগ সিফিলিস। ট্রেপনোমা প্যালিডাম নামক ব্যাকটেরিয়ার সংক্রমণে এটি হয়ে থাকে। অধিকাংশ ক্ষেত্রে অনিয়ন্ত্রিত যৌন মিলনের মাধ্যমে এই ব্যাকটেরিয়া ছড়ায়। সিফিলিস আক্রান্ত ব্যক্তির সঙ্গে যৌনমিলন, মুখ মৈথুন বা চুম্বনের মাধ্যমে এই রোগ ছড়ানোর ঝুঁকি বেশি। আক্রান্ত ব্যক্তির দেহ থেকে রক্ত গ্রহণ করলে এই রোগ হওয়ার ঝুঁকি আছে। গর্ভবতী মা সিফিলিসে আক্রান্ত থাকলে গর্ভস্থিত সন্তানও এতে আক্রান্ত হতে পারে।

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার তথ্য অনুযায়ী, প্রতিবছর ৩৭ কোটি ৪০ লাখ মানুষ নিরাময়যোগ্য যৌনবাহিত রোগে সংক্রমিত হন।

লক্ষণ ও উপসর্গ

সংক্রমণের পর এই ব্যাকটেরিয়া কোনোরূপ উপসর্গ ছাড়াই বহুদিন শরীরে অবস্থান করতে পারে। যখন সক্রিয় হতে শুরু করে তখন সাধারণত চারটি ধাপে এর লক্ষণগুলো প্রকাশ পায়।

প্রথম ধাপ : প্রাথমিক পর্যায়ে আক্রান্ত ব্যক্তির যৌনাঙ্গে, মুখে বা পায়ুপথে একধরনের কালশিটে বা ক্ষত দেখা দেয়। কারো ক্ষেত্রে ঠোঁট, জিহ্বা বা আঙুলেও দেখা দিতে পারে। অধিকাংশ সময় একটিমাত্র গুঁটি বা ফুসকুড়ি দেখা যায়।

তবে একাধিকও হতে পারে। এই ক্ষত ব্যথাহীন। দেখতে অনেকটা পোকার কামড়ের মতো গোল। সংক্রমণের তিন সপ্তাহের মাথায় এই লক্ষণ প্রকাশ পায়।

দ্বিতীয় ধাপ : সংক্রমণের তিন থেকে ছয় সপ্তাহের মধ্যে উপর্যুক্ত গুঁটি নিরাময় হয়ে শরীরে র‍্যাশ উঠতে শুরু করে। তবে ব্যথা বা চুলকানি হয় না। লাল বা লালচে-বাদামি রং ধারণ করে। এই র‍্যাশ বা ফুসকুড়ি বুকে, পেটে, পিঠে ছড়িয়ে যায়। হাতের তালু ও পায়ের তলাতেও এমন হতে পারে। এ পর্যায়ে মুখে বা যৌনাঙ্গে আঁচিলের মতো ঘা দেখা দেয়। জ্বর, মাথাব্যথা, গলাব্যথা, পেশিব্যথা, ক্লান্তি, ওজন কমে যাওয়া, লিম্ফনোড ফুলে যাওয়া, চুল পড়ে যাওয়ার মতো উপসর্গ দেখা দিতে থাকে।

সুপ্ত ধাপ : এ পর্যায়ে রোগীর শরীরে কোনো উপসর্গ দৃশ্যমান থাকে না। ফলে একে সুপ্ত বা গুপ্ত পর্যায় বলা হয়। কখনো কখনো সিফিলিস আপনা আপনিই ভালো হয়ে যায়। উপসর্গ চলে যাওয়ার পর আর ফিরে নাও আসতে পারে। কিন্তু ভালো না হলে এবং চিকিৎসা করা না হলে নতুনভাবে লক্ষণ দেখা দিতে শুরু করে। এই সুপ্ত পর্যায় অনেকদিন পর্যন্ত থাকতে পারে। এমনকি ২০ বছর পর্যন্ত কোনো লক্ষণ দেখা দিতে নাও পারে।

তৃতীয় ধাপ : একে বিলম্বিত পর্যায়ও বলা যায়। উপরোল্লিখিত তিনটি পর্যায়ে চিকিৎসা না করা হলে এ পর্যায়ে এসে রোগী জটিল অবস্থায় পড়ে যেতে পারেন। মস্তিষ্কবিকৃতি, স্মৃতিভ্রমসহ নানা শারীরিক অসুবিধা তৈরি হতে থাকে। এক্ষেত্রে আক্রান্ত হয় মূলত বিভিন্ন অভ্যন্তরীণ অঙ্গপ্রত্যঙ্গ। স্নায়ু, রক্তনালি, লিভার অকার্যকর হওয়ার মতো ঝুঁকি তৈরি হয়। হৃদযন্ত্রঘটিত নানা রোগ হয়। কমে যায় দৃষ্টিশক্তি। রোগী মৃত্যুমুখে পতিত হতে পারেন।

প্রতিরোধে করণীয়

এই রোগ থেকে বাঁচতে সচেতনতার বিকল্প নেই। শরীরে উপর্যুক্ত লক্ষণ দেখা দিলে অবশ্যই চিকিৎসকের দ্বারস্থ হতে হবে। বিয়ের আগে নারী-পুরুষ উভয়ের সিফিলিস পরীক্ষা করানো উচিত। প্রতিটি গর্ভবতী নারীরও এই পরীক্ষা করা দরকার। যৌনমিলনে কনডম ব্যবহারের মাধ্যমে নিরাপদ ও নিয়ন্ত্রিত যৌনজীবন নিশ্চিত করতে হবে।

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার তথ্য অনুযায়ী, ২০২০ সালে বিশ্বজুড়ে প্রায় ৭১ লক্ষ মানুষ সিফিলিসে আক্রান্ত হয়েছেন।

ঘামাচি : প্রতিকার ও প্রতিরোধ

ডা. এ. কে. এম. রেজাউল হক
এমবিবিএস, বিসিএস (স্বাস্থ্য)
ডক্টর অব মেডিসিন (এমডি) চর্ম ও যৌন
মেম্বার অব ইন্টারন্যাশনাল সোসাইটি অব সেক্সুয়াল মেডিসিন
চর্ম, যৌন, কুষ্ঠ, অ্যালার্জি, সেক্স ও মেডিসিন বিশেষজ্ঞ
সহযোগী অধ্যাপক, চর্ম ও যৌন (সেক্স), কুষ্ঠ ও অ্যালার্জি বিভাগ
বিএসএমএমইউ (পিজি হাসপাতাল), শাহবাগ, ঢাকা
চেম্বার : ল্যাবএইড ডায়াগনস্টিক্স, মিরপুর-১

আমাদের শরীরে ঘাম তৈরি হলে স্বাভাবিক প্রক্রিয়ায় তা ঘর্মগ্রন্থির মাধ্যমে বের হয়ে ত্বকের উপরিভাগে চলে আসে। প্রচণ্ড গরমে অতিরিক্ত ঘাম তৈরি হলে তখন সেই ঘাম ঘর্মগ্রন্থির ছিদ্রপথ দিয়ে বের হতে পারে না। ফলে ত্বকের নিচের ঘর্মগ্রন্থি ফেটে যায়। এই পরিস্থিতিতে ত্বকে ছোটো ছোটো র‍্যাশ বা ফুসকুড়ি দেখা দেয়, যা ঘামাচি নামে পরিচিত। ঘামাচি অত্যন্ত পরিচিত একটি চর্মরোগ। ঘর্মগ্রন্থির সমস্যা থেকে এর উৎপত্তি বলেই এই নামকরণ। ঘামাচিকে ইংরেজিতে বলা হয় প্রিকলি হিট র‍্যাশ। চিকিৎসাবিজ্ঞানে বলা হয় মিলিয়ারিয়া।

শিশুদের ক্ষেত্রে মাথায়, ঘাড়ে, বগলে, শরীরের ওপরের অংশে, রানের ভাঁজে, কনুই ও হাঁটুর ভাঁজে ঘামাচি হতে দেখা যায়। আবার বড়োদের বুকে-পিঠে-পেটে ঘামাচি হয়। সাধারণত শিশুরা অতিরিক্ত গরমের সঙ্গে মানিয়ে নিতে পারে না বলে তাদের ঘর্মগ্রন্থির মুখ আটকে যায়। ফলে শিশুদের মধ্যে বেশি ঘামাচি হতে দেখা যায়। ঘামাচি হলে ত্বকে জ্বালাপোড়া, চুলকানিসহ নানা ধরনের অস্বস্তি হতে পারে।

ঘামাচির কারণ ও ধরন

ব্যক্তিভেদে নানা কারণে ঘামাচি বা মিলিয়ারিয়া দেখা দেয়। তীব্র গরমে অবস্থান করলে, দীর্ঘদিন জ্বরে ভুগলে বা কোনো কারণে শয্যাশায়ী থাকলে ঘামাচি হতে পারে। আবার অসুস্থতার কারণে অতিরিক্ত ঘাম হলে বা ত্বকে ময়লা জমে থাকলে ঘামাচি হতে পারে। ঘামাচির কারণ এর ধরনের সঙ্গে সম্পৃক্ত। ঘামাচির ধরন মূলত ৩ টি।

- মিলিয়ারিয়া ক্রিস্টালিনা (Miliaria Cristalina)
- মিলিয়ারিয়া প্রফান্ডা (Miliaria Profunda)
- মিলিয়ারিয়া রুব্রা (Miliaria Rubra)

মিলিয়ারিয়া ক্রিস্টালিনা সাধারণত শিশুদের বেশি হতে দেখা যায়। এমনকি শিশুর জন্মের দ্বিতীয় সপ্তাহেই এটি দেখা দিতে পারে। ত্বকের এপিডারমিস থেকে এই ঘামাচি হয়ে থাকে। এই ধরনের ঘামাচি হলে ত্বকে স্ফটিকের মত স্বচ্ছ ছোটো ছোটো দানা হয়। কিছুদিনের মধ্যে আপনা-আপনিই এটি সেরে যায়। মিলিয়ারিয়া প্রফান্ডাও ক্রিস্টালিনার মতোই। ছোটো ছোটো দানা আকারে ত্বকে দেখা দেয়। একসময় নিজে নিজেই সেরে যায়। সবচেয়ে বেশি যন্ত্রণা দেয় মিলিয়ারিয়া রুব্রা। ত্বকে অতিরিক্ত

গবেষণা অনুযায়ী, মোটা মানুষদের ঘামাচিতে আক্রান্ত হওয়ার হার বেশি। তাদের প্রতি নয় জনের ছয় জন ঘামাচিতে আক্রান্ত হয়ে থাকেন।

ময়লা জমে ঘর্মগ্রন্থি বন্ধ হয়ে গেলে এবং ঘর্মনালি আবদ্ধ হয়ে গেলে এই ধরনের ঘামাচি হয়। এই ঘামাচিতে ত্বকে লাল ফুসকুড়ি দেখা দেয়। ফুসকুড়ির সঙ্গে থাকে ত্বকে চুলকানি, জ্বালাপোড়ার মতো উপসর্গ। কখনো কখনো ঘামাচির মধ্যে পুঁজ জমতে দেখা যায়। এই ঘামাচি ছোটো-বড়ো যেকোনো বয়সী মানুষেরই হতে পারে।

ঘামাচির প্রতিকার ও প্রতিরোধ

প্রচলিত আছে, বর্ষার প্রথম বর্ষণ নাকি ত্বকের রোগবালাই দূর করে এবং বৃষ্টির পানিতে ঘামাচির যন্ত্রণার উপশম হয়। প্রচলিত এই ধারণা পুরোপুরি সত্য কি না তার বৈজ্ঞানিক ভিত্তি মেলেনি এখনো। তবে বৃষ্টির পানির তাপমাত্রা কম থাকার কারণে এই পানিতে ভিজলে ঘামাচির যন্ত্রণার খানিকটা লাঘব হয়। মূলত অতিরিক্ত ঘামের কারণে ঘর্মগ্রন্থির নিঃসরণে বাধা বা ঘর্মগ্রন্থির প্রদাহ ঘামাচির কারণ। সেক্ষেত্রে শীতল পানির পরশ ঘামাচির সাময়িক এবং আংশিক প্রতিকার দেয়। এছাড়া শীতাতপ-নিয়ন্ত্রিত ঠান্ডা ঘরে কয়েক ঘণ্টা অবস্থান করলে ঘামাচি থেকে পরিত্রাণ মেলে। নিয়মিত গোসল করলে এবং আক্রান্ত স্থানে ঠান্ডা পানি ও বরফ লাগালে যন্ত্রণা কমে। এক্ষেত্রে ক্যালামাইন লোশনও বেশ কাজে দেয়। ঘামাচি হলে অতিরিক্ত গরম পরিবেশ ও শারীরিক পরিশ্রম থেকে বিরত থাকা জরুরি। ঘামাচি মারাত্মক রূপ নিলে স্টেরয়েড ও অ্যান্টিব্যাকটেরিয়াল ক্রিম ব্যবহারের প্রয়োজন হতে পারে। সেক্ষেত্রে অবশ্যই একজন চর্মরোগ বিশেষজ্ঞের পরামর্শ নিতে হবে।

এছাড়া ঘামাচি প্রতিরোধে মেনে চলুন কিছু নিয়ম-কানুন—

- সরাসরি রোদের উত্তাপ এড়িয়ে চলুন। প্রয়োজনে ছাতা ব্যবহার করুন।
- গরম স্থানে বেশিক্ষণ অবস্থান করবেন না। ঠান্ডা ও শীতল পরিবেশে অবস্থান করুন।
- পোশাকের ক্ষেত্রে বেছে নিন সুতির পাতলা ও ঢিলেঢালা পোশাক।
- নাইলনের পোশাক ব্যবহার করা থেকে বিরত থাকুন।
- আবদ্ধ স্যাঁতস্যাঁতে ঘরে না থেকে বাতাস চলাচল করে এমন ঘরে ঘুমান।
- ত্বকে বারবার ঠান্ডা পানির ঝাপটা দিন।
- ত্বকে পানি দিলেও ত্বক ভেজা রাখবেন না। পানি দেওয়ার পরপরই ত্বক মুছে ফেলুন।
- অতিরিক্ত গরমে পানিশূন্যতা যেন না হয় সেদিকে খেয়াল রাখুন।
- বাইরে থেকে ঘরে এসে সঙ্গে সঙ্গেই গোসল করবেন না।
- শিশুদের রাবার ও প্লাস্টিকের সিটের ওপর শোয়ানো থেকে যথাসম্ভব এড়িয়ে চলুন।
- ঘুমন্ত শিশুকে কিছুক্ষণ পরপর পাশ পরিবর্তন করে দিন।
- ট্যালকম পাউডার ব্যবহার করতে পারেন। তবে ব্যবহারের আগে ত্বক ভালোভাবে পরিষ্কার করে নিন।
- ত্বকে কোনো তেল ব্যবহার করবেন না। চিকিৎসকের পরামর্শমতো লোশন বা অয়েনমেন্ট ব্যবহার করুন।

ঘামাচি প্রতিকারে ক্ষেত্রবিশেষে অ্যান্টিহিস্টামিনজাতীয় ওষুধ সেবনের প্রয়োজন হতে পারে। তবে সব অ্যান্টিহিস্টামিন সবার জন্য নিরাপদ নয়। তাই সাধারণ এই বিষয়গুলো মেনে চলার পরও ঘামাচিতে ভুগলে বা ঘামাচি থেকে পুঁজ বের হলে দ্রুত একজন চর্মরোগ বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের পরামর্শ নিন।

গবেষণা অনুযায়ী, যারা গরম পরিবেশে কাজ করেন তাদের ঘামাচিতে আক্রান্ত হওয়ার হার ১৪.৫ শতাংশ, শীতাতপ নিয়ন্ত্রিত পরিবেশে কাজ করেন যারা তাদের ক্ষেত্রে ১০.৫ শতাংশ।

জটিল চর্মরোগ সোরিয়াসিস

ডা. মাহ্‌মুদ চৌধুরী
এমবিবিএস, ডিডিভি, এমসিপিএস, এফসিপিএস
চর্ম, যৌন, কুষ্ঠ, সেক্স ও অ্যালার্জি রোগ বিশেষজ্ঞ
কনসালট্যান্ট, চর্ম ও যৌন রোগ বিভাগ
চেম্বার : ল্যাবএইড লি. (ডায়াগনস্টিক্স) এনেক্স
ধানমন্ডি, ঢাকা

পেশায় রন্ধনশিল্পী হৃদির বয়স ৩৫ বছর। সম্প্রতি তিনি খেয়াল করেন, তার হাতের ত্বক অত্যন্ত খসখসে হয়ে গেছে। রান্না ও অন্যান্য কাজে বারবার হাত ধোয়ার কারণে এমন হয়ে থাকতে পারে ভেবে শুরুতে তেমন গুরুত্ব দেননি। কিন্তু ধীরে ধীরে তার হাত আরো খসখসে হয়ে যেতে থাকে। একপর্যায়ে মাছের আঁশের মতো সাদা খসখসে হয়ে যায় ত্বক। হৃদির মনে পড়ে, তার বাবার হাঁটুতেও এমন হয়েছিল। তাই বেশ ঘাবড়ে যান তিনি। দ্রুত একজন চর্মরোগ বিশেষজ্ঞের শরণাপন্ন হন।

হৃদির হাতের ত্বকের অবস্থা দেখে চিকিৎসক জানান, তিনি সোরিয়াসিস (Psoriasis) নামক একধরনের চর্মরোগে আক্রান্ত হয়েছেন। যেহেতু তার বাবার এই রোগ ছিল তাই বংশগতভাবেই তিনি রোগটি পেয়েছেন। সোরিয়াসিসে পারিবারিক ইতিহাস খুব গুরুত্বপূর্ণ। এটি পুরোপুরি নিরাময় হয় না, তবে নিয়ন্ত্রণে রাখা সম্ভব।

কেন হয় সোরিয়াসিস?

সোরিয়াসিস এক বিশেষ ধরনের চর্মরোগ। এটি সংক্রামক বা ছোঁয়াচে নয়। সাধারণত শরীরের বিভিন্ন স্থানের ত্বকে, বিশেষ করে হাঁটু, কনুই, পিঠ, হাত ও পায়ের তালু এবং মাথার ত্বকে লালচে ছোপ পড়ে। এরপর ত্বকে রুপালি বা সাদা খসখসে মাছের আঁশের মতো পরিবর্তন দেখা দেয়।

এই অবস্থাকে বলা হয় সিলভার স্কেল। মাথার ত্বকে সোরিয়াসিস হলে অনেকসময় তা খুশকি মনে হতে পারে। সোরিয়াসিস একধরনের অটোইমিউন রোগ। শরীরের রোগ প্রতিরোধক্ষমতায় ভারসাম্যহীনতা তৈরি হলে এই রোগ হতে পারে। এছাড়া আরো যেসব কারণে হতে পারে—

- বংশে কারো সোরিয়াসিসে আক্রান্ত হওয়ার ইতিহাস থাকলে।
- কোনো দুর্ঘটনায় ত্বক ছিলে গেলে, পুড়লে বা ব্যথা পেলে।
- অতিরিক্ত রোদে অবস্থান করলে ত্বক পুড়ে সোরিয়াসিস হতে পারে।

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার তথ্যমতে, সারাবিশ্বে প্রায় ১২ কোটির বেশি মানুষ সোরিয়াসিসে ভুগছেন।

- উচ্চ রক্তচাপ, ম্যালেরিয়ার ওষুধের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হিসেবে এটি বাড়তে পারে।
- স্থূলতার কারণে সোরিয়াসিস বাড়তে পারে।
- অতিরিক্ত মানসিক চাপ থাকলে বাড়তে পারে।
- ধূমপান ও মদ্যপানের অভ্যাস থাকলে বাড়তে পারে।
- শরীরে ট্যাটু বা উল্কি আঁকার কারণে সোরিয়াসিস বাড়তে পারে।
- কোনো টিকা বা ভ্যাকসিন গ্রহণ করলে বাড়তে পারে।

সোরিয়াসিসের উপসর্গ

- ত্বকের আক্রান্ত অংশে পুরু লালচে দাগ পড়ে।
- আক্রান্ত অংশে ব্যাথা বা চুলকানি হতে পারে।
- যকৃতের নানা রোগ ও সমস্যা দেখা দিতে পারে।
- ত্বকের আক্রান্ত অংশের রং নষ্ট হয়ে যায়।
- কনুই, হাঁটু, মাথা, হাত ও পায়ের নখে এটি বেশি হয়।
- আর্থ্রাইটিস, হৃদরোগ ও রক্তে কোলেস্টেরলের ভারসাম্যহীনতা দেখা দিতে পারে।
- আক্রান্ত স্থান রুপালি-সাদা আঁশ দ্বারা আবৃত থাকে এবং লালচে বর্ণের ক্ষত দেখা যায়।

চিকিৎসা এবং সোরিয়াসিসের সঙ্গে জীবনযাপন

সোরিয়াসিস পুরোপুরি নিরাময় করা যায় না। তবে এটি নিয়ন্ত্রণযোগ্য অসুখ। এই রোগ নিরাময়ে আক্রান্ত স্থানের ওপর বিভিন্ন ধরনের মলম ও ক্রিম লাগাতে হয়। আলট্রাভায়োলেট রশ্মি দিয়েও এর চিকিৎসা করা হয়। এই রোগ কখনোই পুরোপুরি সারে না। আবার এতে রোগীর মৃত্যুও হয় না। তবে দীর্ঘমেয়াদে জটিলতা বাড়তে থাকে। জীবনব্যাপী এই রোগ মোকাবিলা করতে হয়। কখনো কখনো সোরিয়াসিসে ত্বকের সমস্যার সঙ্গে যুক্ত হয় অস্থিসন্ধির সমস্যাও।

নিয়মিত চিকিৎসাসেবা নিলে সোরিয়াসিস নিয়ন্ত্রণে থাকে। নিয়ন্ত্রণে রেখেই স্বাভাবিক জীবনযাপন করা যায়। তবে এক্ষেত্রে যেসব বিষয়ে সচেতন থাকা জরুরি—

- বারবার গোসল করা এবং গোসলের সময় অতিরিক্ত সাবান ব্যবহার করা থেকে বিরত থাকতে হবে।
- গোসল করা বা ত্বক ভেজানোর পর দ্রুত ভালোভাবে ত্বক মুছে ময়েশ্চারাইজার বা লোশন ব্যবহার করতে হবে।
- ত্বক শুকনো রাখা যাবে না। কিছুক্ষণ পরপর ত্বকে তৈলাক্ত জিনিস, যেমন—নারকেল তেল, অলিভ অয়েল বা ভ্যাসলিন ঘন ঘন ব্যবহার করতে পারেন।

- ত্বকের পরিবর্তন দেখে মানসিকভাবে ভেঙে পড়া যাবে না। প্রয়োজনে কাউন্সেলিং নিতে হবে।
- আক্রান্ত স্থানে চুলকানি বা যেকোনো সমস্যা দেখা দিলে দ্রুত চিকিৎসকের শরণাপন্ন হতে হবে।

LABAID
কাগজে যেমন
ওয়েবে তেমন

পুরনো ম্যাগাজিনগুলো দেখতে
ভিজিট করুন
www.shukheoshukhe.com
সুখে অসুখে

বাংলাদেশে বিভিন্ন কারণে গত ২০ বছরে সোরিয়াসিস আক্রান্তের হার প্রায় ১০ গুণ বেড়েছে।

গনোরিয়ার উপসর্গ, চিকিৎসা ও প্রতিরোধ

ডা. মোঃ ওয়াহিদুজ্জামান মাসুম

এমবিবিএস, বিসিএস, ডিডিভি
চর্ম, অ্যালার্জি ও যৌন রোগ বিশেষজ্ঞ
ও কসমেটিক ডার্মাটো সার্জন
সহকারী অধ্যাপক, চর্ম ও যৌন রোগ বিভাগ
খুলনা মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল, খুলনা
চেম্বার : ল্যাবএইড ডায়াগনস্টিক্স, খুলনা

আফজাল হোসেন কিছুদিন যাবৎ বেশ সমস্যার মধ্য দিয়ে যাচ্ছেন। প্রস্রাবের সময় জ্বালাপোড়াসহ অণ্ডকোষে ব্যথা বোধ করছেন। ঘন ঘন প্রস্রাবের বেগ হচ্ছে। ব্যাপারটাকে শুরুতে পাত্তা দেননি। কিন্তু সম্প্রতি খেয়াল করলেন, অণ্ডকোষ কিছুটা ফুলেও গেছে। এবার আর সচেতন না হয়ে পারলেন না। চিকিৎসকের কাছে গেলেন। চিকিৎসক পরীক্ষা-নিরীক্ষা করে জানালেন, আফজাল হোসেন গনোরিয়ায় আক্রান্ত হয়েছেন।

গনোরিয়া কী, কীভাবে ছড়ায়

এটি একটি যৌন সংক্রামক রোগ। নিসেরিয়া গনোরি নামক ব্যাকটেরিয়ার সংক্রমণে এই রোগ হয়ে থাকে। সংক্রমণের প্রধান কারণ অবাধ ও অনিরাপদ যৌনসম্পর্ক। আক্রান্ত ব্যক্তির ব্যবহৃত ও সংক্রমিত তোয়ালে, জামা-কাপড় বা বিছানার চাদরের মাধ্যমেও এটি ছড়াতে পারে। সংক্রমিত ব্যক্তির সঙ্গে যৌন সম্পর্কে লিপ্ত হলে গনোরিয়া ছড়ায়। এমনকি সংক্রমিত ব্যক্তির সঙ্গে যৌনসম্পর্কের পর হাতে জৈবিক তরল লেগে থাকলে এবং সেই অবস্থায় চোখে হাত দিলেও সংক্রমিত হওয়ার ঝুঁকি আছে। তবে স্বাভাবিক স্পর্শ যেমন—চুম্বন, আলিঙ্গন, হাত ধরা, হাঁচি, কাশি—প্রভৃতির মাধ্যমে এটি ছড়ায় না। গর্ভবতী মা গনোরিয়ায় আক্রান্ত হলে গর্ভজাত সন্তানও সংক্রমিত হতে পারে।

লক্ষণ ও উপসর্গ

নারী-পুরুষ উভয়ই এতে আক্রান্ত হতে পারেন। উভয়ের লক্ষণ ও উপসর্গের ক্ষেত্রে পার্থক্য আছে।

পুরুষ : অনেকের ক্ষেত্রে উপসর্গহীন থাকে। যাদের উপসর্গ প্রকাশ পায়, তাদের ক্ষেত্রে সাধারণত ১—১৪ দিনের মাথায় এটি প্রকাশ পেতে থাকে। মোটাদাগে নিম্নোক্ত উপসর্গগুলো দেখা যায়—

- প্রস্রাবের সময় ব্যথা ও জ্বালাপোড়া হয়।
- ঘন ঘন প্রস্রাবের বেগ হয়।
- পুঁজের মতো সাদা অথবা হলুদ রঙের পদার্থ বের হয়।
- একটি অথবা দুটো অণ্ডকোষেই ব্যথা হয় এবং ফুলে যায়।

এছাড়া প্রস্রাবের সঙ্গে রক্ত যাওয়া বা প্রস্রাবের নালি ফুলে যাওয়ার মতো সমস্যাও দেখা দিতে পারে। ঠিক সময়ে চিকিৎসা করা না হলে লিঙ্গ উত্থানে সমস্যা হতে পারে এবং উত্থিত হলে প্রচণ্ড ব্যথা বোধ হয়ে থাকে। এমনকি প্রস্রাবের রাস্তা সরু হয়ে প্রস্রাব বের হতে অসুবিধা হয়। ফলে ভেতরে থলিতে জমে যায়।

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার তথ্য অনুযায়ী, বিশ্বজুড়ে প্রতিদিন ১০ লাখের বেশি মানুষ যৌনবাহিত রোগে আক্রান্ত হয়ে থাকেন।

নারী : অধিকাংশ নারীর ক্ষেত্রেই এটি উপসর্গহীন অবস্থায় থাকে। মোটামুটি ৫০-৭৫ শতাংশ নারী কোনো ধরনের উপসর্গ লক্ষ করেন না। তবে উপসর্গ প্রকাশের ক্ষেত্রে নিম্নোক্ত উপসর্গগুলো দেখা যায়—

- প্রস্রাবের সময় খুব জ্বালাপোড়া ও ব্যথা হয়।
- পুঁজের মতো প্রস্রাব বের হয়।
- যৌনমিলনের সময় খুব ব্যথা হয় এবং রক্তপাত হয়।
- যৌনাঙ্গের আশপাশে ফুলে যেতে পারে এবং ফোঁড়া হতে পারে।
- কোমর ও তলপেটে প্রচণ্ড ব্যথা হয়।
- রজঃচক্রের মাঝের সময়ে প্রচুর যোনিস্রাব ও রক্তপাত হয়।

গনোরিয়া শরীরের অন্যান্য অঙ্গকেও আক্রান্ত করতে পারে। যেমন—

মলদ্বার : চুলকানি, মলদ্বার দিয়ে পুঁজ বের হওয়া, মলত্যাগের সময় রক্ত বের হওয়া, মলত্যাগে কষ্ট হওয়ার মতো সমস্যা হতে পারে।

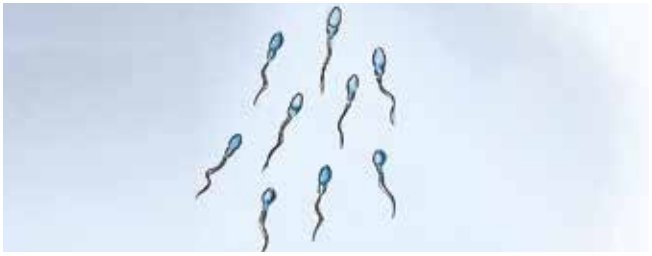
চোখ : এটি চোখেও প্রভাব ফেলে। চোখ ব্যথা, আলোর প্রতি সংবেদনশীলতা, চোখ দিয়ে পুঁজের মতো তরল বের হওয়া—এর লক্ষণ।

গলা : গনোরিয়ায় গলা সংক্রমিত হলে গলাব্যথার পাশাপাশি ঘাড়ের পাশের লিম্ফ নোড ফুলে যায়।

অস্থিসন্ধি : অস্থিসন্ধি সংক্রমিত হলে আক্রান্ত স্থান ফুলে যেতে পারে। লাল হয়ে যেতে পারে। নড়াচড়ার সময় প্রচণ্ড ব্যথা বোধ হতে পারে।

গনোরিয়ার জটিলতা

গনোরিয়ার সংক্রমণ ভয়ংকর জটিলতা তৈরি করতে পারে। নারীদের জননতন্ত্রের ডিম্ববাহী নালিতে প্রতিবন্ধকতা সৃষ্টি করতে পারে। এতে আক্রান্ত নারী সন্তানধারণের ক্ষমতা হারাতে পারেন। আবার কোনো নারী গর্ভাবস্থায় আক্রান্ত হলে গর্ভের সন্তানও সংক্রমিত হতে পারে। গর্ভজাত সন্তান অপুষ্টির শিকার হতে পারে এবং চোখে সমস্যা হওয়ার ঝুঁকি থাকে। এমনকি সন্তান অন্ধ হয়ে যাওয়ার আশঙ্কা থাকে।



অন্যদিকে পুরুষের অণ্ডকোষ নষ্ট হয়ে যাওয়ার ঝুঁকি থাকে। শুক্রনালি বন্ধ হয়ে যেতে পারে। ফলে আক্রান্ত ব্যক্তি সন্তান জন্মদানের ক্ষমতা হারাতে পারেন।

প্রতিরোধ

গনোরিয়া প্রতিরোধের প্রধানতম উপায় হচ্ছে নিরাপদ যৌনজীবন। এজন্য সঙ্গী নির্বাচনের ক্ষেত্রে সর্বোচ্চ সতর্কতা অবলম্বন করতে হবে। সঙ্গীর পূর্বে গনোরিয়ায় আক্রান্ত হওয়ার কোনো ইতিহাস আছে কি না—পরস্পরের সঙ্গে কথা বলে তা নিশ্চিত হতে হবে। যৌনমিলনের সময় কনডম ব্যবহার করলেও নিরাপদ থাকা সম্ভব। কোনোভাবে সঙ্গী যদি গনোরিয়ায় আক্রান্ত হন তাহলে পুরোপুরি নির্মূল না হওয়া পর্যন্ত শারীরিক মিলন থেকে বিরত থাকা জরুরি।

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার তথ্য অনুযায়ী, ২০২০ সালে সারাবিশ্বে ৮ কোটি ২৪ লাখ মানুষ গনোরিয়ায় আক্রান্ত হয়েছেন।

ল্যাবএইড লেজার অ্যান্ড এস্থেটিক লাউঞ্জ

ত্বকের চিকিৎসার সবচেয়ে আধুনিক পদ্ধতির নাম লেজার ট্রিটমেন্ট। মূলত এটি একটি ক্লিনিকাল পদ্ধতি। লেজার রশ্মির সাহায্যে আলোর বিম তৈরি করে ত্বকের গভীর থেকে চিকিৎসা করা হয়। অবাঞ্ছিত লোম অপসারণ, ত্বকের টিউমার অপসারণ ও চুল প্রতিস্থাপনে লেজার ট্রিটমেন্ট স্থায়ীভাবে সমাধান এনে দেয়। ব্রণ নির্মূল করা, নখের চিকিৎসা ও ধবল রোগ নিরাময়ে লেজার ট্রিটমেন্ট একটি অত্যাধুনিক চিকিৎসাপদ্ধতি। বোটক্স, ফিলার, থ্রেড লিফট ও হাইড্রোফেসিয়ালের মাধ্যমে ত্বকে বয়সের ভাঁজ কমানো, নাকের শেপ ঠিক রাখা ও ত্বকের ময়লাভাব দূর করে কোমল ও উজ্জ্বলতা ফিরিয়ে আনা হয়।

অবাঞ্ছিত লোম নিয়ে অস্বস্তি : দূর করবেন যেভাবে

ল্যাবএইড লেজার অ্যান্ড এস্থেটিক লাউঞ্জ বিশ্বের সর্বাধুনিক প্রযুক্তির মাধ্যমে লোম অপসারণ সেবা দিয়ে থাকে। বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের তত্ত্বাবধানে এবং অত্যাধুনিক যন্ত্রের সাহায্যে লেজার হেয়ার রিমুভাল কার্যক্রম পরিচালিত হয়। সাধারণত শেভিং, প্লাকিং বা ওয়াক্সিং বেদনাদায়ক ও স্বল্পমেয়াদি হয়ে থাকে। অবাঞ্ছিত চুল অপসারণের প্রচলিত যতগুলো পদ্ধতি রয়েছে তার মধ্যে লেজার হেয়ার রিমুভাল সবচেয়ে কার্যকর ও স্থায়ী। লেজার রশ্মির সাহায্যে ত্বকের গভীরে আলোর বিম তৈরি করে অবাঞ্ছিত লোমের বৃদ্ধিকে বাধা দেয়া হয়। এই পদ্ধতিতে ত্বকের কোনো ক্ষতি হয় না। তা ছাড়া ল্যাবএইড লেজার অ্যান্ড এস্থেটিক লাউঞ্জের 'মেডিওস্টার' ব্রান্ডের মেশিনে ৩৬০০ কনটাক্ট কুলিং সিস্টেম থাকায় লোম অপসারণে কোনো ব্যথা অনুভূত হয় না।

> **"লেজার চিকিৎসা সম্পূর্ণ ব্যথাহীন পদ্ধতি। এতে কোনো কাটাছেঁড়ার প্রয়োজন হয় না।"**

লোম অপসারণের সেবাসমূহ

ল্যাবএইড লেজার অ্যান্ড এস্থেটিক লাউঞ্জে সেবা গ্রহীতার চাহিদা অনুযায়ী সব ধরনের সেবা দেওয়া হয়ে থাকে।

- মুখ ও ঠোঁটের ওপরের অবাঞ্ছিত লোম অপসারণ
- চিন বা থুতনির লোম অপসারণ
- ভ্রুর লোম অপসারণ
- হাত ও পায়ের লোম অপসারণ
- বগলের লোম অপসারণ
- বুক ও পেটের লোম অপসারণ
- উরু ও পিউবিক এরিয়ার লোম অপসারণ

ল্যাবএইড লেজার অ্যান্ড এস্থেটিক লাউঞ্জে লোম অপসারণের সুবিধাসমূহ—

- কোনো রকম কাটা-ছেঁড়ার প্রয়োজন হয় না।
- ত্বকের ভেতর থেকে লোমের বৃদ্ধি প্রতিরোধ করে।
- চিকিৎসাপরবর্তী সময়ে ত্বক উজ্জ্বল করে।

হেয়ার ট্রান্সপ্ল্যান্ট বা চুল প্রতিস্থাপন

বয়সের সঙ্গে সঙ্গে নানা কারণে চুল পড়ে যেতে থাকে। কখনো বংশগত ও হরমোনের কারণে পুরুষের মাথার উপরিভাগে টাক দেখা দেয়। মেনোপজের পর নারীদের মাথার চুল পাতলা হতে থাকে। ওষুধের প্রতিক্রিয়া, পুষ্টির অভাব, মানসিক উদ্বেগ ও দুর্ঘটনায় মাথার চুল ঝরে যেতে পারে।

এসব ক্ষেত্রে হেয়ার ট্রান্সপ্ল্যান্ট হতে পারে কার্যকর সমাধান। ল্যাবএইড লেজার অ্যান্ড এস্থেটিক লাউঞ্জে বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের তত্ত্বাবধানে উন্নত প্রযুক্তির সাহায্যে চুল প্রতিস্থাপন করা হয়।

ল্যাবএইড লেজার লাউঞ্জে চুল প্রতিস্থাপনের সুবিধাসমূহ—

- পিআরপি পদ্ধতিতে রক্ত থেকে প্লাটিলেটসমৃদ্ধ প্লাজমা আলাদা করে সিরিঞ্জের মাধ্যমে তা কাঙ্ক্ষিত স্থানের ত্বকের ভেতরে প্রবেশ করানো হয়। প্লাটিলেট চুলের বৃদ্ধিতে সাহায্য করে। ফলে চুল পড়া কমে আসে। চুল ঘন হয় এবং দ্রুত বৃদ্ধি পায়।
- ফলিকিউলার ইউনিট এক্সট্রাকশন পদ্ধতিতে চুল প্রতিস্থাপন করা হয়। মাইক্রোমোটরের সাহায্যে ডোনার এরিয়া থেকে একটি একটি করে চুল তুলে এনে টাক অংশে প্রতিস্থাপন করা হয়। এতে কোনো কাটা-ছেঁড়ার প্রয়োজন হয় না।
- ভ্রু, গোঁফ বা দাড়িতেও চুল প্রতিস্থাপন করা যায়।
- প্রতিস্থাপিত চুল কাটা যায় এবং কার্ল করা যায়।
- চুল প্রতিস্থাপনের পর সেখানে নতুন চুল গজায়।

ল্যাবএইড লেজার অ্যান্ড এস্থেটিক লাউঞ্জে আরো যেসব সেবা প্রদান করে থাকে—

ত্বকের টিউমার অপসারণ : কার্বন-ডাই-অক্সাইডযুক্ত লেজার দিয়ে খুব সহজে ত্বকের টিউমার অপসারণ করা হয়। সম্পূর্ণ ব্যথামুক্ত এই পদ্ধতিতে অবশকরণ ইনজেকশনেরও দরকার হয় না।

ত্বকের দাগ দূর করা : কিউ সুইচড এনডি ইয়াগ লেজার রশ্মির সাহায্যে মেছতা, জন্মদাগ, কালোদাগ ও ট্যাটুর দাগ দূর করা হয়। এছাড়া স্থায়ীভাবে আঁচিল অপসারণ করা হয়।

ব্রণ নির্মূল করা : ফোটনরশ্মির সাহায্যে ব্রণের জন্য দায়ী ব্যাকটেরিয়ার জীবাণুকে শোষণ করে ধ্বংস করা হয়। ফলে স্থায়ীভাবে ব্রণ ও ব্রণের ক্ষত দূর হয়ে যায়।

বোটক্স, থ্রেড লিফট ও হাইড্রো-ফেসিয়াল সেবা : ত্বকের গভীরে জমে থাকা ময়লা ও মরা চামড়া দূর করে ত্বককে করা হয় কোমল ও উজ্জ্বল। থ্রেড লিফটের সাহায্যে নাকের শেপ ঠিক রাখা হয়। বোটক্স করার মাধ্যমে ত্বকের ভাঁজ দূর করা যায়। মুখ, কপাল ও চোখের নিচের ভাঁজ কমিয়ে এনে বয়সের ছাপ কমানো হয়।

কেমিক্যাল পিলিং : ত্বক দূষণের শিকার হলে কিংবা ত্বকের কোনো জটিলতা দেখা দিলে নতুন কোষ গঠনের প্রক্রিয়া বাধাপ্রাপ্ত হয়। ত্বককে স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরিয়ে আনতে সবচেয়ে কার্যকর পদ্ধতি হচ্ছে কেমিক্যাল পিলিং ফর পিগমেন্টেশন অ্যান্ড স্কিন রেজুভিনেশন।

হাতের তালু অতিরিক্ত ঘামানো রোধ করা : লেজারের সাহায্যে অতিরিক্ত ঘাম উৎপাদনকারী গ্রন্থিগুলোর নিঃসরণ কমিয়ে ফেলা হয়। সার্জারির মাধ্যমেও সক্রিয় অতিরিক্ত ঘাম উৎপাদনের গ্রন্থিগুলো অপসারণ করা যায়।

নখের চিকিৎসা : নখে ছত্রাকের সংক্রমণ ঘটলে লেজারের সাহায্যে ব্যাকটেরিয়ার জীবাণু ধ্বংস করা হয়।

শ্বেত বা ধবল রোগের চিকিৎসা : শ্বেত বা ধবল রোগ হলো ত্বকের একটি দীর্ঘমেয়াদি রংজনিত ডিস-অর্ডার। শরীরে মেলানোসাইটের কার্যকারিতা কমে গেলে এই রোগ দেখা দেয়। ল্যাবএইড লেজার অ্যান্ড এস্থেটিক লাউঞ্জে লেজারের মাধ্যেম শ্বেত রোগের চিকিৎসা করা হয়।

বাচ্চাদের চর্মরোগের চিকিৎসা : বাচ্চাদের ত্বকে লাল ও গোলাপি রঙের জন্মদাগ দূর করতে লেজার চিকিৎসা একটি কার্যকর পদ্ধতি। পালসড ডাই লেজারের মাধ্যমে হেমানজিওমা ও ত্বকে সার্জারির দাগ অপসারণ করা হয়। এছাড়াও, ল্যাবএইড লেজার অ্যান্ড এস্থেটিক লাউঞ্জে বিভিন্ন যৌনবাহিত রোগের চিকিৎসা দেওয়া হয়। জিনগত, পরিবেশগত ও হরমোনজনিত নানা কারণে ত্বকের সমস্যা দেখা দিতে পারে। যেকোনো জটিলতা দেখা দিলে নিজের সিদ্ধান্তে পদক্ষেপ না নিয়ে চিকিৎসকের পরামর্শ নিন।

10606

LABAID LASER and AESTHETIC LOUNGE

আপনার ত্বকের পরিপূর্ণ চিকিৎসায়

ল্যাবএইড লেজার অ্যান্ড এস্থেটিক লাউঞ্জ

এখন নতুন পরিসরে

আপনি কি ত্বকের সমস্যা ও উজ্জ্বলতা নিয়ে ভাবছেন?

ল্যাবএইড লেজার অ্যান্ড এস্থেটিক লাউঞ্জে রয়েছে বিশেষজ্ঞ ডার্মাটোলজিস্ট ও সর্বাধুনিক প্রযুক্তি যার সমন্বয়ে ত্বকের পরিপূর্ণ চিকিৎসা, উজ্জ্বলতা ও সৌন্দর্য বৃদ্ধি করা যায় খুব সহজেই।

চিকিৎসাসেবাসমূহ:

- যেকোনো ধরনের তিল বা আঁচিল অপসারণ
- অবাঞ্ছিত লোম বা চুল অপসারণ
- ব্রণ, ব্রণের গর্ত, ব্রণের দাগের চিকিৎসা
- মেছতা / জন্ম দাগ / ট্যাটু অপসারণ
- বয়সের ছাপ দূরীকরণ এবং ত্বক টানটান করা
- ত্বকের ভাইরাল সংক্রমণ ও ত্বকের ক্ষত দূর করা
- বলিরেখা, মুখে দাগ, স্কিন ট্যাগ দূর করা
- ত্বক ফর্সা করা
- চোখের চারপাশের কালো দাগ দূরীকরণ
- খুশকি, চুল পড়া বন্ধ করা ও চুল গজানোর চিকিৎসা
- তারুণ্যদীপ্ত ত্বকের জন্য বিশেষ লেজার চিকিৎসা
- চুল পড়ে যাওয়া / টাক সমস্যা
- নখের ছত্রাক বা নেইল ফাঙ্গাস

ল্যাবএইড লেজার অ্যান্ড এস্থেটিক লাউঞ্জ

ল্যাবএইড আইকনিক, বাড়ি ৬৬, কলাবাগান
ধানমন্ডি, ঢাকা ১২০৫, ওয়েব: www.labaidgroup.com

- বিস্তারিত জানতে: **017 6666 1673**

অ্যাপয়েন্টমেন্টের জন্য যোগাযোগ করুন
017 6666 2299

LABAID Diagnostics
...Home of Trust

বিশেষজ্ঞ চিকিৎসক ও সর্বাধুনিক প্রযুক্তির সমন্বয়ে

ল্যাবএইড এখন টাঙ্গাইলে

ল্যাবএইড ডায়াগনস্টিকস

ডায়াগনস্টিক সেবাসমূহ:

- প্যাথলজি
- ডিজিটাল এক্স-রে
- সিটি-স্ক্যান (Upcoming)
- এমআরআই (Upcoming)
- 4D আলট্রাসনোগ্রাম
- ইসিজি
- ইকো-কার্ডিওগ্রাম
- কালার ডপলার
- ইটিটি
- ওপিজি
- ভিডিও এন্ডোসকপি
- ভিডিও কলোনসকপি
- ভিডিও ব্রনক্সকপি
- ভিডিও Laryngoscopy
- Pap's Smear
- সকল প্রকার হরমোন টেস্ট
- Torch প্যানেল
- হিস্টো ও সাইটোপ্যাথলজি
- বায়োকেমিস্ট্রি
- ইমিউনোলজি
- সেরোলজি
- হেমাটোলজি

কনসালটেশন সেবাসমূহ:

- মেডিসিন
- হৃদরোগ
- ফিজিক্যাল মেডিসিন
- গ্যাস্ট্রোএন্টারোলজি
- অ্যাজমা
- নিউরো মেডিসিন
- নাক, কান ও গলা রোগ
- নবজাতক ও শিশু রোগ
- বাত, ব্যথা ও প্যারালাইসিস
- ডায়াবেটিস ও হরমোন রোগ
- গাইনি এন্ড অবস্
- লিভার রোগ
- কিডনি রোগ
- অর্থোপেডিক
- মেডিসিন ও বক্ষব্যাধি
- চর্ম ও যৌন রোগ
- ক্যান্সার
- ইউরোলজি
- জেনারেল সার্জারি

ডায়াগনস্টিকস > কনসালটেশন > মেডিকেল চেক-আপ > কর্পোরেট চেক-আপ > ডায়াবেটিক চেক-আপ
ল্যাবএইড হাসপাতাল তথ্য কেন্দ্র

বাড়ি-২৪৭, সাবালিয়া, ময়মনসিংহ রোড, টাঙ্গাইল সদর, টাঙ্গাইল
ফোন: ০১৭ ৬৬৬৬ ২২৯৯

সুখে আসুখে
ল্যাবএইড